

Филиал МОУ «СОШ № 5 г. Ершова Саратовской области» в с. Моховое
Саратовская обл. Ершовского района» - детский сад

Принято Решением общего родительского совета Протокол № <u>1</u> от <u>01.09.</u> 2023г.	Принято Решение педагогического совета Протокол № <u>01</u> от <u>01.09.</u> 2023г.	Утверждено Руководитель филиала МОУ «СОШ с.Моховое»- детский сад Приказ № <u>18</u> от <u>01.09.</u> 2023г. <u>А.Н.Наточина</u> / А.Н.Наточина/
--	---	---

**Рабочая программа
образовательной деятельности «Физическое развитие»**

**Составитель:
Бакланова Л.У.**

с. Моховое

2023 - 2024 учебный год

Филиал МОУ «СОШ № 5 г. Ершова Саратовской области» в с. Моховое
Саратовская обл. Ершовского района» - детский сад

Принято Решением общего родительского совета Протокол № ____ от _____ 2023г.	Принято Решение педагогического совета Протокол № ____ от _____ 2023г.	Утверждено Руководитель МОУ «СОШ с. Моховое» Приказ № __ от ____ 2023г. _____/ А.Н.Наточина/
--	--	--

**Рабочая программа
образовательной деятельности «Физическое развитие»**

**Составитель:
Бакланова Л.У.**

**с. Моховое
2023 - 2024 учебный год**

Содержание

I. Целевой раздел.	
1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Цели и задачи	3
1.1.2 Характеристики особенности развития детей дошкольного возраста.....	4
1.1.3. Планируемые результаты.....	5
II. Содержательный раздел	
2. Реализации образовательной области «Физическое развитие»	8
2.1.1 Раздел: Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.....	8
2. 1.2 Раздел: Физическая культура.....	16
2.2 Формы организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»	25
2.3 Способы поддержки детской инициативы в освоении образовательной области «Физическое развитие»	26
III. Организационный раздел.	
3.1 Примерный учебный план образовательной деятельности при реализации образовательной области	26
3.2 Организация режима пребывания детей в детском саду.....	30
3.3 Примерный перечень развивающих уголков и оборудования для создания развивающей предметно-пространственной среды при реализации образовательной области	34
3.4 Комплексно-тематическое планирование освоения содержания образовательной области «Физическое развитие»	39
3.5 Модель образовательного процесса.....	64
3.6 Методическое обеспечение.....	67

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» составлена на основании Основной образовательной программы дошкольного образования филиала МОУ «СОШ № 5 г. Ершова Саратовской области» в с. Моховое Саратовская обл. Ершовского района» - детский сада (далее – Программа) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847) (далее – ФОП ДО) на 2023-2024 учебный год.

Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. Федеральных законов от 17.02.2023);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 18 декабря 2020 г. № 61573);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 29 января 2021 г. № 62296);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. №373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 31 августа 2020 г., регистрационный №59599);
- Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении Федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);
- Рекомендации по формированию инфраструктуры дошкольных образовательных организаций и комплектации учебно-методических материалов в целях реализации образовательных программ дошкольного образования (опубликован 26 декабря

2022 г.);

- Методические рекомендации по реализации федеральной образовательной программы дошкольного образования (опубликован: 07 марта 2023 г.);
- Положение «О рабочей программе по реализации образовательных областей» филиала МОУ «СОШ № 5 г. Ершова Саратовской области» в с.Моховое Саратовская обл. Ершовского района» - детский сада.

1.1 Цели и задачи

«**Физическое развитие** включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»

Основные цели и задачи:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

1.1.2 Характеристики особенности развития детей дошкольного возраста

Особенности физического развития детей третьего года жизни

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но весь организм крепнет, совершенствуются движения. Однако опорно – двигательный аппарат у детей этого возраста развит еще сравнительно слабо, двигательный опыт еще небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны. Неустойчивы эмоциональные проявления детей, плохо развито активное торможение. Ребенок не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Все это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Особенности физического развития детей четвертого года жизни

На четвертом году жизни ребенок обладает сравнительно большим запасом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные движения, соблюдая в них известную последовательность. Отмечается большая осознанность в восприятии показа движений, словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей трех лет отмечается еще недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног).

Особенности физического развития детей шестого года жизни

На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, проявляет самостоятельность. Его движения становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству, уделять больше внимания развитию физических и морально – волевых качеств (быстроты, ловкости, выносливости, выдержки, настойчивости, организованности, дисциплинированности), дружеских взаимоотношений (умений приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам).

Особенности физического развития детей седьмого года жизни

На седьмом году жизни ребенка его движения становятся более координированными и точными. В процессе коллективной деятельности у детей формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Значительно увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребенок выполняет упражнения целенаправленно. Для него уже важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы воспитывать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

1.1.3 Планируемые результаты

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования. Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка. Основные характеристики развития ребенка представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства. В соответствии с периодизацией психического развития ребенка, принятой в культурно - исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста детства: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от 1 года до 3 лет) и дошкольный возраст (от 3 до 7 лет).

Целевые ориентиры в раннем возрасте

К трем годам у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы

К семи годам у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Возрастная группа	Образовательная область «Физическое развитие»
Ранний возраст 2-3 года	<p>Двигательная деятельность</p> <ul style="list-style-type: none">-сохраняет устойчивое положение тела, правильную осанку.-ходят и бегают, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. -умеют действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.-умеют ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).-умеют прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</p> <ul style="list-style-type: none">-сформированы представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.
Младшая группа 3-4 года	<p>Двигательная деятельность</p> <ul style="list-style-type: none">-Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.-Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.-Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.-Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.-Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.-Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5м. <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</p> <ul style="list-style-type: none">-сформированы представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза —

	<p>смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.</p>
<p>Старшая группа 5-6 лет</p>	<p>Двигательная деятельность</p> <ul style="list-style-type: none"> -Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. -Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа. -Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку -Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). -Владеет школой мяча. -Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. -Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом. -Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами. -Умеет кататься на самокате. -Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей. <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> -Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье. -Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.
<p>Подготовительная к школе группа 6-7 лет</p>	<p>Двигательная деятельность</p> <ul style="list-style-type: none"> -Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье). -Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами. -Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель. -Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения. -Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под

	<p>музыку, по словесной инструкции.</p> <p>-Следит за правильной осанкой.</p> <p>-Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.</p> <p>-Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).</p> <p>Формирование представлений о здоровом образе жизни</p> <p>-Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закалывающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).</p>
--	---

II. Содержательный раздел

2.1 Реализации образовательной области «Физическое развитие»

2.1.1 Раздел: Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Группа раннего возраста

(от 2 до 3 лет)

Задачи: Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

п	Подразделы	Обязательная часть ООП ДО	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Совместная деятельность взрослых и воспитанников (Основные виды деятельности)	Самостоятельная деятельность воспитанников. (Основные виды деятельности)
		Основные виды деятельности: двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры	Основные виды деятельности: двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры	деятельности: двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры	деятельности: двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры

		со сверстниками. Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми, ИОС		со сверстниками. Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми, ИОС			сверстниками.
		УМК- наименование	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Парциальная программа Технология	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО		
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни		Реализуется в совместной деятельности детей и взрослых			Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Группа раннего возраста. – М.: «Издательство Скрипторий 2003» Серия «Рассказы по картинкам»: «Распорядок дня».	Уголок двигательной активности.
	Итого :		-				

**Младшая группа
(от 3 до 4 лет)**

Задачи: Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

/п	Подразделы	Обязательная часть ООП ДО		Часть, формируемая участниками образовательных отношений		Совместная деятельность взрослых и воспитанников (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)	Самостоятельная деятельность воспитанников. (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)
		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми			
	УМК-наименование	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Парциальная программа Технология	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Учебно-методическое пособие	Развивающие центры и уголки	
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни		Реализуется в совместной деятельности детей и взрослых			Л.В.Кузнецова, М.А.Панфилова «Формирование нравственного здоровья дошкольников». Занятия, игры, упражнения. - М.: ТЦ СФЕРА. Голицына Н.С. Перспективное	Уголок двигательной активности.

						планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Младшая группа. – М.: «Издательство Скрипторий 2003» Серия «Рассказы по картинкам»: «Распорядок дня».	
	Итого:		-				

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Задачи: Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения).

Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

	Подразделы	Обязательная часть ООП ДО	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Совместная деятельность взрослых	Самостоятельная деятельность
--	------------	---------------------------	--	----------------------------------	------------------------------

/п		<p>Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми</p>		<p>Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми</p>		и воспитанников (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)	воспитанников.(двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)
		УМК-наименование	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Парциальная программа Технология	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Учебно-методическое пособие	Развивающие центры и уголки
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	И.М.Новикова. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 5 – 7 лет. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ. Москва 2010.	Реализуется в совместной деятельности детей и взрослых			Л.В.Кузнецова, М.А.Панфилова «Формирование нравственного здоровья дошкольников». Занятия, игры, упражнения. - М.: ТЦ СФЕРА. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Средняя группа. – М.: «Издательство Скрипторий 2003». Серия «Мир в картинках»: «Спортивный	Уголок двигательной активности.

						инвентарь». Серия « <i>Рассказы по картинкам</i> »: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия « <i>Расскажите детям о...</i> »: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах». Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»	
	Итого:		-				

**Подготовительная к школе группа
(от 6 до 7 лет)**

Задачи: Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

	Подразделы	Обязательная часть ООП ДО	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Совместная деятельность взрослых	Самостоятельная деятельность
--	------------	---------------------------	--	----------------------------------	------------------------------

/п		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская Форма организации: совместная деятельность взрослого с детьми		и воспитанников (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская)	воспитанников. (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно- исследовательская)
		УМК- наименование	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Парциальная программа Технология	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Учебно-методическое пособие	Развивающие центры и уголки
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	И.М.Новикова. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 5 – 7 лет. Издательство МОЗАИКА- СИНТЕЗ. Москва 2010.	Реализуется в совместной деятельности детей и взрослых			Л.В.Кузнецова, М.А.Панфилова «Формирование нравственного здоровья дошкольников». Занятия, игры, упражнения. - М.: ТЦ СФЕРА. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно- образовательного процесса в дошкольном учреждении. Средняя группа. – М.: «Издательство Скрипторий 2003». Серия «Мир в картинках»: «Спортивный	Уголок двигательной активности.

						<p>инвентарь».</p> <p><i>Серия «Рассказы по картинкам»:</i> «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».</p> <p><i>Серия «Расскажите детям о...»:</i> «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».</p> <p><i>Плакаты:</i> «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».</p>	
	Итого:		-		-		

2.1.2 Раздел: Физическая культура

Группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Задачи: Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

/п	Разделы		Обязательная часть ООП ДО		Часть, формируемая участниками образовательных отношений		Совместная деятельность взрослых и воспитанников		Самостоятельная деятельность воспитанников.		
			Основные виды деятельности: двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры со сверстниками. Форма организации: НОД		Основные виды деятельности: двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры со сверстниками. Форма организации: НОД		(двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры со сверстниками)		(двигательная активность, предметная деятельность и игры с игрушками; общение со взрослыми и совместные игры со сверстниками)		
	Наименование УМК		Количество часов, затрачен		Учебно-методическое пособие		Развивающие центры и уголки		Учебно-методическое пособие		Развивающие центры и уголки

			ых на изучение данного раздела ООП ДО				
	Основные движения.	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. М.: Мозаика- синтез, 2016.	48			Лайзана С.Я. Физическая культура для малышей. Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1978 г. В.А.Шишкина «Движение+ движения»: кн.для воспитателя дет.сада.- М.: Просвещение. Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно – ролевые занятия/авт.-сост. Е.И. Подольская. – Учитель, 2013.	Уголок двигательной активности.
	Общеразвивающие упражнения.		24				
	Подвижные игры.		48				
	Итого:		108				

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Задачи: Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

/п	Разделы	Обязательная часть ООП ДО		Часть, формируемая участниками образовательных отношений		Совместная деятельность взрослых и воспитанников (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)	Самостоятельная деятельность воспитанников.(двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)
		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная Форма организации: НОД		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная Форма организации: НОД			
		Наименование УМК	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Учебно-методическое пособие	Развивающие центры и уголки		
	Основные движения	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: младшая группа.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.	48			Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно – ролевые занятия/авт.-сост. Е.И. Подольская. – Учитель, 2013.	Уголок двигательной активности

Общеразвивающие упражнения	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Автор-сост. Э.Я. Степаненкова. М.: Мозаика-синтез, 2016.	24				Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение.
Подвижные игры	М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». Для занятий с детьми от 3-7 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ	48				
Спортивные упражнения		Реализуется в совместной деятельности детей и взрослых				
Итого:		108				

**Старшая группа
(от 5 до 6 лет)**

Задачи: Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям

/п	Разделы		Обязательная часть ООП ДО		Часть, формируемая участниками образовательных отношений		Совместная деятельность взрослых и воспитанников (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)		Самостоятельная деятельность воспитанников. (двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская)	
			Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная Форма организации: НОД		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная Форма организации: НОД					
			Наименование УМК	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Учебно-методическое пособие	Развивающие центры и уголки	Учебно-методическое пособие		Развивающие центры и уголки	

	Основные движения	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа.- М: Мозаика-Синтез, 2016. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. М.: Мозаика- синтез, 2016. М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». Для занятий с детьми от 3-7 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ	97				Уголок двигательной активности
	Общеразвивающие упражнения						
	Подвижные игры			Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение.			
	Спортивные игры и упражнения		11			Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – М.: Просвещение, 1992.	
	Итого:		108				

**Подготовительная к школе группа
(от 6 до 7 лет)**

Задачи: Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
 Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

/п	Разделы	Обязательная часть ООП ДО	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Совместная деятельность взрослых и воспитанников	Самостоятельная деятельность воспитанников.
		Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная	Основные виды деятельности: двигательная, игровая, коммуникативная	(двигательная, игровая, коммуникативная, познавательно-	(двигательная, игровая, коммуникативная,

		Форма организации: НОД		Форма организации: НОД		исследовательская)	познавательно-исследовательская)
		Наименование УМК	Количество часов, затраченных на изучение данного раздела ООП ДО	Учебно-методическое пособие	Развивающие центры и уголки	Учебно-методическое пособие	Развивающие центры и уголки
Основные движения	Общеразвивающие упражнения	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа.- Мю: Мозаика-Синтез, 2016. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. М.: Мозаика- синтез, 2016. М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». Для занятий с детьми от 3-7 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ	97			<i>Серия «Мир в картинках»:</i> <i>«Спортивный инвентарь».</i> <i>Серия «Рассказы по картинкам»:</i> «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта». <i>Серия «Расскажите детям о...»:</i> «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах». <i>Плакаты:</i> «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта». Литвинова М.Ф. Русские народные	
Подвижные игры							

						подвижные игры: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение.	
	Спортивные игры и упражнения		11			Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – М.: Просвещение, 1992.	
	Итого:		108				

2.2 Формы организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»

Формы образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»			
В ходе режимных моментов	В процессе организации педагогом различных видов детской деятельности	В ходе самостоятельной деятельности детей	Во взаимодействии с семьями
Формы организации детей			
Индивидуальные Подгрупповые	Групповые Подгрупповые Индивидуальные	Индивидуальные	Групповые Подгрупповые Индивидуальные
Наблюдение; беседа: рассматривание картин и иллюстраций с изображением различных видов спорта; игра;	НОД (физическая культура); изготовление атрибутов для подвижных игр, украшений, декораций, подарков, предметов для игр;	Изготовление атрибутов для подвижных игр, украшений, декораций, подарков, предметов для игр; игры (дидактические,	Создание соответствующей предметно- развивающей среды; проектная деятельность; экскурсии; прогулки; совместные праздники и досуги;

игровое упражнение; физкультминутки; логоритмические игры и упражнения; др.	игры (дидактические, настольные (типа лото и домино на спортивную тематику), подвижные, эстафетные); тематические досуги; соревнования; др.	настольные (типа лото и домино на спортивную тематику), подвижные, эстафетные); самостоятельное рассматривание картин и иллюстраций с изображением различных видов спорта; самостоятельная деятельность в уголке подвижных игр;	
--	---	---	--

2.3 Способы поддержки детской инициативы по образовательной области «Физическое развитие»

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению.

Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать;
- предоставлять возможность детям самостоятельно использовать приобретенные умения и навыки в повседневной жизни и деятельности.
- предоставлять возможность детям видоизменять подвижные игры новым содержанием, усложнением правил, введением новых ролей.
- поддерживать диалоги детей о событиях физкультурной и спортивной жизни детского сада, города, страны, поощрять использование различных источников информации.

III. Организационный раздел
3.1 Примерный учебный план образовательной деятельности
при реализации образовательной области «Физическое развитие»

Группа раннего возраста
(от 2 до 3 лет)

Перечень непосредственно образовательной деятельности на пятидневную неделю.

Длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 8-10 мин.

Допускается осуществлять непосредственно образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня.

Обязательное проведение физкультурной минутки.

Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки в теплый период года (указывается в циклограмме НОД).

№ п/п	Части образовательного процесса	Продолжительность НОД в неделю	Объем НОД в неделю	Продолжительность НОД в год	Объем НОД в год
1.	Обязательная часть				
1.1	Образовательная область «Физическое развитие»				
1.	Физкультурное занятие	30	3	648 мин (10,8часов)/ 972мин(16,2часа)	108
Итого		30	3	648 мин (10,8часов)/ 972мин(16,2часа)	108

Младшая группа
(от 3 до 4 лет)

Длительность НОД -15 мин.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей группе не превышает 30 минут.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки в теплый период года (указывается в циклограмме НОД)

№ п/п	Части образовательного процесса	Продолжительность НОД в неделю	Объем НОД в неделю	Продолжительность НОД в год	Объем НОД в год
1.	Обязательная часть				
1.1.	Образовательная область «Физическое развитие»				
1.	Физкультурное занятие	45	3	1620мин (27 часов)	108
Итого		45	3	1620мин (27 часов)	108

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Длительность НОД 20 - 25 мин.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в старшей группе – 45 минут.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 минут в день.

Третье физкультурное занятие проводится на воздухе на спортивной площадке ДООУ (указывается в циклограмме НОД).

№ п/п	Части образовательного процесса	Продолжительность НОД в неделю	Объем НОД в неделю	Продолжительность НОД в год	Объем НОД в год
1.	Обязательная часть				

1.1.	Образовательная область «Физическое развитие»				
1.	Физкультурное занятие	75	3	2700 мин (45час)	108
2.	Часть, формируемая участниками образовательного процесса				
3.	ИТОГО:	75	3	2700 мин (45час)	108

**Подготовительная к школе группа
(от 6 до 7 лет)**

Длительность НОД -30 мин.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в старшей группе – 1,5 часа.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 30 минут в день.

Третье физкультурное занятие проводится на воздухе на спортивной площадке ДОУ (указывается в циклограмме НОД).

№ п/п	Части образовательного процесса	Продолжительность НОД в неделю	Объем НОД в неделю	Продолжительность НОД в год	Объем НОД в год
1.	Обязательная часть				
1.1.	Образовательная область «Физическое развитие»				
1.	Физкультурное занятие	90	3	3240мин. (54 часа)	108
2.	Часть, формируемая участниками образовательного процесса				
2.1.	Физическое развитие				
1.					
2.3.					

3.	ИТОГО:	90	3	3240мин. (54 часа)	108
----	---------------	----	---	--------------------	-----

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		2-3 года	3-4 года	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	3 раза в неделю 15-20	3 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	б) на улице	-	-	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 4-5	Ежедневно 5-6	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 9-10	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	1-2 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	-	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 30-45 мин	1 раз в месяц 40 мин
	б) физкультурный праздник	-	—	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

3.2 Организация режима пребывания детей в детском саду

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности	время	Содержание образовательной деятельности
7.30-8.25	Прием детей в группе и на воздухе в холодный период года, в теплый период года на улице: взаимодействие с родителями; утренняя гимнастика : (области: физическое, социально-коммуникативное развитие); беседы с детьми : (речевое, социально-коммуникативное, познавательное развитие), дежурство, наблюдения в уголке природы: (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие); свободные игры (социально-коммуникативное развитие); индивидуальные и подгрупповые дидактические игры : (познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие); артикуляционная, пальчиковая гимнастика, чтение художественной литературы (речевое, социально-коммуникативное развитие); самостоятельная деятельность в уголке художественного творчества : (художественно-эстетическое, познавательное, социально-коммуникативное развитие); утренний круг .								
8.25-	Подготовка к завтраку, завтрак (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет – области: физическое развитие, социально- коммуникативное развитие)								
Ранний возраст, младшая группа									
8.00-8.15	Развитие речи (социально-	8.00-8.15	Рисование (художественн	8.00-8.15	Познавательн ое развитие	8.00-8.15	Художественно е творчество	8.00-8.15	Познавательное развитие (познавательно-

	коммуникативное, речевое развитие)		о-эстетическое, познавательное, речевое, социально-коммуникативное развитие)		(ФЭМП) (Речевое, социально коммуникативное развитие)	9.00-9.20	Лепка/Аппликация (художественно-эстетическое, речевое развитие)		исследовательская деятельность, приобщение к социокультурным ценностям, ознакомление с миром природы) (познавательное, социально-коммуникативное, речевое развитие)
15.40 - 15.45	Физическая культура (физическое, социально-коммуникативное развитие)	10.20-10.35	Музыка (художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие)	15.40-15.45	Физическая культура (физическое, социально-коммуникативное развитие)	10.20-10.30	Музыка (художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие)	15.40-15.45	Физическая культура (физическое, социально-коммуникативное развитие)
Старшая и подготовительная группа									
9.00 - 9.30	Познавательное развитие (познавательная исследовательская деятельность, приобщение к социокультурным ценностям, ознакомление с миром природы) (познавательное, социально-коммуникативное, речевое развитие)	9.00-9.30	Познавательное развитие ФЭМП (Речевое, социально коммуникативное развитие)	9.00-9.30	Развитие речи (социально коммуникативное, речевое развитие)	9.00-9.30	Познавательное развитие ФЭМП (Речевое, социально коммуникативное развитие)	9.00-9.30	Рисование (художественно-эстетическое, познавательное, речевое, социально коммуникативное развитие)

9.30-9.40	Подготовка к занятиям по физической культуре, игры (самообслуживание, социализация, безопасность, коммуникация)	9.30-9.40	Дидактические, малоподвижные игры (познание, физическая культура, социализация, коммуникация)	9.30-9.40	Подготовка к занятиям по физической культуре, игры (самообслуживание, социализация, безопасность, коммуникация)	9.30-9.40	Игры малоподвижные, дидактические (познавательное, социально-коммуникативное, физическое развитие)	9.30-9.40	Подготовка к занятиям по физической культуре, игры (самообслуживание, социализация, безопасность, коммуникация)
9.40-10.10	Рисование (художественно-эстетическое, познавательное, речевое, социально-коммуникативное развитие)	9.40-10.10	Развитие речи (социально-коммуникативное, речевое развитие)	9.40-10.10	Лепка/Аппликация (художественно-эстетическое, речевое развитие)	9.40-10.10	Познавательная исследовательская деятельность (познавательное, социально-коммуникативное, речевое развитие)	9.40-10.10	Физическая культура (физическое, социально-коммуникативное развитие)
10.20-10.50	Физическая культура (физическое, социально-коммуникативное развитие)	10.20-10.50	Музыка (художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие)	10.20-10.50	Физическая культура (физическое, социально-коммуникативное развитие)	10.20-10.50	Музыка (художественно-эстетическое, социально-коммуникативное развитие)		

10.0 0– 10.2 0	Второй завтрак (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет – области: физическое, социально- коммуникативное развитие)
10.10-12.15 10.50 - 12.30	Подготовка к прогулке (социально-коммуникативное развитие). Прогулка: наблюдение в природе, труд (познавательное, социально-коммуникативное развитие), игровая деятельность: подвижные, сюжетно-ролевые дидактические, театрализованные игры , игровые упражнения, игры-ситуации, (физическое, социально-коммуникативное развитие), (познание, социализация, коммуникация), индивидуальная работа по развитию движений (физическое развитие), развитию речи, ознакомлению с окружающим (познавательное, социально-коммуникативное развитие), беседы с детьми (познавательное, речевое развитие), рисование на асфальте, на мольбертах (художественно-эстетическое развитие).
12.15-12.30 12.40-12.50	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет - социально-коммуникативное развитие)
12.30-12.50 12.40-13.10	Обед (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет – области: социально-коммуникативное развитие). Подготовка ко сну (социально-коммуникативное развитие)
13.00-15.00	Сон
15.00-15.20	Постепенный подъем, гимнастика после сна, воздушные ванны, водные, гигиенические процедуры, оздоровительный час (физическая культура, социально-коммуникативное развитие).
15.20-15.40	Подготовка к полднику, Полдник (самообслуживание, культурно-гигиенические навыки, этикет, здоровье)
15.40 - 16.30	Самостоятельная игровая и художественная деятельность детей в уголке художественного творчества, в книжном и игровых уголках: (познавательное, художественно-эстетическое, речевое, физическое развитие). Чтение художественной литературы (социально-коммуникативное, речевое развитие) Игры настольно-печатные, дидактические, театрализованные (познавательное, социально- коммуникативное развитие), Беседы , педагогические ситуации, индивидуальная работа с детьми по разным образовательным областям. Труд хозяйственно-бытовой (социально-коммуникативное развитие). Вечерний круг. Подготовка к прогулке (социально-коммуникативное развитие). Уход детей домой (взаимодействие с семьей).

3.3 Примерный перечень развивающих уголков и оборудования для создания развивающей предметно-пространственной среды при реализации образовательной области

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Уголок двигательной активности

Для детей младшей группы (3-4 года)

Тип оборудования	Содержание	Размеры, масса	Количество
Для ходьбы, бега, равновесия	Валик мягкий укороченный	Длина 30 см Диаметр 30 см	1
	Коврики, дорожки массажные, со следочками (для профилактики плоскостопия)	180x40 см	2
	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Обруч большой	Диаметр 95-100 см	1
Для прыжков	Мяч - попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	3
	Шнур короткий плетеный	Длина 75 см	1
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	2
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200гр	2
Для ползания и лазания	Полукольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр 5-6 см	1

	Валик для влезания		1 комплект
Для общеразвивающих упражнений	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	10
	Флажок		6
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	5
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	10
	Кольцо резиновое	Диаметр 5-6	6

Размещение физкультурного оборудования

Для хранения физкультурных пособий в групповых комнатах может быть использована секционная мебель с выдвижными ящиками или тележка «Физкультурный уголок». У детей второй младшей группы быстро падает интерес к одному и тому же пособию, поэтому советуем постоянно его обновлять (перестановка с одного места на другое, внесение нового пособия и т. д.).

Крупное оборудование требует много места, поэтому его лучше расставить вдоль стен.

Мелкое физкультурное оборудование (массажные мячи, шарики, резиновые кольца и др.) следует держать в корзинах или открытых ящиках таким образом, чтобы дети могли им свободно пользоваться.

Для детей старшей группы (5-6 лет)

Тип оборудования	Содержание	Размеры, масса	Количество
Для ходьбы, бега, равновесия	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	2
	Коврик массажный со следочками		2
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	4
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	3
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200г	10
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	3
	Мяч - массажер	Диаметр 12-15 см	2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	1

Для ползания и лазания	Валик для влезания		1 комплект
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		2
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	2
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	4
	Палка гимнастическая короткий	Длина 80 см	7

Размещение физкультурного оборудования

Основной набор оборудования и пособий находится в спортивном зале, так как разные виды занятий по физической культуре в основном проводятся в нем.

Оборудование для спортивных игр желательно хранить в секционном шкафу или в закрытых ящиках

Обручи, скакалки шнуры советуем разместить на крюках одной свободной стены в группе

Физкультурное оборудование располагается в группе так, чтобы дети могли свободно подходить к нему и пользоваться им.

Для детей подготовительной к школе группы (6-7 лет)

Тип оборудования	Содержание	Размеры, масса	Количество
Для ходьбы, бега, равновесия	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	2
	Коврик массажный со следочками		2
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	4
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	3
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мяч - массажер	Диаметр 12-15 см	2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	1

Для ползания и лазания	Валик для влезания		1 комплект
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		2
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	2
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	4
	Палка гимнастическая короткий	Длина 80 см	7

Размещение физкультурного оборудования

Основной набор оборудования и пособий находится в спортивном зале, так как разные виды занятий по физической культуре в основном проводятся в нем

Оборудование для спортивных игр желательно хранить в секционном шкафу или в закрытых ящиках

Обручи, скакалки шнуры советуем разместить на крюках одной свободной стены в группе

Физкультурное оборудование располагается в спортивном зале так, чтобы дети могли свободно подходить к нему и пользоваться

3.4. Комплексно-тематическое планирование освоения содержания образовательной области «Физическое развитие»

Группа раннего возраста

(от 2 до 3 лет)

Дата	Тема, форма проведения	Задачи	Методы и приёмы
Сентябрь			
1 неделя	«В гостях у кукол»	Упражнять в прокатывании мяча одной рукой ,в прыжках на двух ногах на месте. Учить построению стайкой. Ходьбе стайкой за инструктором. Бегу обычной стайкой. Ходьбе между предметами	«Поиграем и потанцуем с куклами» «Солнышко и дождик»
2 неделя	«Пойдём в гости к кукле, зайчику, мишке»	Упражнять в ползании на четвереньках по прямой, в прокатывании мяча под стойку. Учить ходьбе и бегу	«Догонялки с персонажами»

		стайкой за инструктором. Ходьбе между предметами.	
3 неделя	«Пойдём в гости к кукле,	лошадке ,собачке» Упражнять в катании мяча двумя руками ,в ползании на четвереньках Учить построению стайкой. Ходьбе стайкой за инструктором. Бегу обычной стайкой. Ходьбе между предметами.	«Лохматый пёс»
4 неделя	«Магазин игрушек»	Упражнять в бросании мяча вперёд снизу, в ползании под препятствие (высота 30-40см) Учить построению в колонну друг за другом. Ходьбе в колонне друг за другом. Бегу в колонне друг за другом.	«Мой весёлый звонкий мяч»
Октябрь			
1 неделя	«В гости к куклам»	Учить детей ходить и бегать друг за другом по зрительной ориентации. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте вокруг себя, в ползании на четвереньках(доползи до погремушки).	«Поиграем и потанцуем с куклами» «Солнышко и дождик»
2 неделя	«В гостях у кукол»	Учить детей ходить и бегать друг за другом по зрительной ориентации. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками под дугу, в ползании за катящимся предметом.	«Догони скорее мяч»
3 неделя	«В гостях у кукол»	Учить детей ходить и бегать друг за другом по зрительной ориентации. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками под дугу, в ползании за катящимся предметом.	«Догони скорее мяч»
4 неделя	«Пойдём в гости к зверятам»	Учить детей ходить и бегать друг за другом в колонне по одному. Упражнять в ходьбе и беге друг за другом на носках, в прыжках на двух ногах с продвижением в перёд, в прокатывании мяча двумя руками вперёд.	«Поиграем со зверятами» «Зайка серый»
5 неделя	«Пойдём в гости к зверятам»	Учить детей ходить и бегать друг за другом в колонне по одному. Упражнять в ходьбе и беге друг	Поиграем со зверятами» «Зайка серый

		за другом на носках, в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, в прокатывании мяча двумя руками вперёд. «»	
Ноябрь			
1 неделя	«В гости к куклам»	Учить детей ходить и бегать друг за другом по зрительной ориентации. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте вокруг себя, в ползании на четвереньках(доползи до погремушки).	«Поиграем и потанцуем с куклами» «Солнышко и дождик»
2 неделя	«В гостях у кукол»	Учить детей ходить и бегать друг за другом по зрительной ориентации. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками под дугу, в ползании за катящимся предметом.	«Догони скорее мяч»
3 неделя	«Пойдём в гости к зверятам»	Учить детей ходить и бегать друг за другом в колонне по одному. Упражнять в ходьбе и беге друг за другом на носках, в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд, в прокатывании мяча двумя руками вперёд.	«Поиграем со зверятами» «Зайка серый»
4 неделя	«Пойдём в гости к кукле, лошадке, собачке»	Упражнять в катании мяча двумя руками ,в ползании на четвереньках Учить построению стайкой. Ходьбе стайкой за инструктором. Бегу обычной стайкой. Ходьбе между предметами.	«Лохматый пёс»
Декабрь			
1 неделя	«Наши ножки ходят по дорожке»	Познакомить с бросанием мяча, упражнять в ползании. Учить ходить по ограниченной поверхности. Развивать ориентировку в пространстве, умение реагировать на сигнал.	Игра. «Иди ко мне»
2 неделя	«Воробышки - попрыгунчики»	Упражнять в ползании по скамейке, ходьбе по извилистой дорожке. Учить построению в рассыпную, ходьбе в рассыпную, бег в рассыпную. «попади в обруч».	Игра «Мы как воробышки»,
3 неделя	«Путешествие в зимний	Упражнять ползанию по доске на средних	Упражнения с шишками. «Перейди сугроб»

	лес»	четвереньках (по мосту). Прыжкам вверх на месте с целью достать предмет. Учить построению в колонну парами, ходьбе в колонне парами, бег в колонне парами.	
4 неделя	«Пойдем в гости к зверьям»	Упражнять ходьбе по доске. Прыжкам на двух ногах с передвижением вперед. Имитация движения «Я еду на лыжах». Учить построению в колонну друг за другом, ходьбе в колонну друг за другом на носках по зрительным ориентирам. бегу в колонне не отставая и не перегоняя друг друга.	Игра : «Поиграем со зверьями».
5 неделя	«Прыгай как мяч»	Упражнять упражнение с мячом. Ходьбе из круга в круг с мячом в руках. Прыжкам на двух ногах с мячом в руках. Бросанию мяча из-за головы. Упражнять перестроению из шеренги в круг. Ходьбе по кругу (взявшись за руки со сменой направления по сигналу). Взявшись за руки взявшись за руки со сменой направления по сигналу)	«Проползи по бревну» «Брось и догони»
Январь			
1 неделя	«Зимушка – зима»	Учить детей ходить и бегать в колонне друг за другом в медленном темпе. Упражнять в спрыгивании с высоты (со скамейки, высота 15см), в бросании мяча вперед снизу.	
2 неделя	«Миши и кот Васька»	Упражнять в ходьбе из обруча в обруч. Подбрасывания мяча вверх и ловя двумя руками. Перелезанию через бревно. Прыжкам в длину через две линии.	
3 неделя	«Волшебная палочка - скакалочка»	Упражнять в перебрасывании мяча через веревку, находящуюся на уровне груди ребенка Учить построению в шеренгу по флажку того или иного цвета. Ходьбе с высоким подниманием колен. Бегу со сменой темпа по сигналу (1 – 1,5м.)	

Февраль			
1 неделя	«Путешествие в лес на поезде»	Упражнять в ходьбе по извилистой дорожке (ширина 25-30 см.) Ползанию по доске на средних четвереньках (по мосту). Учить построению в колонну друг за другом. Бег в колонну друг за другом.	«Подпрыгни выше». «Паровозик»
2 неделя	«Магазин игрушек»	Упражнять бросанию мяча вперед снизу. Спрыгиванию в высоту (со скамейке, высота 15 см.). Ходьбе в колонне друг за другом, бегу в медленном темпе .	«Автомобиль», «Наседка и цыплята», упражнение с платочками
3 неделя	«Автомобили»	Упражнять в ползании между ножками стула произвольным способом. Спрыгивание с высоты вниз (высота 15 см.) Учить построению в шеренгу, равнение по зрительным ориентирам с поворотом в колон	«Брось дальше», «Автомобиль».
4 неделя	«Прыгай как мяч»	Упражнять в ходьбе из круга в круг с мячом в руках. Прыжкам на двух ногах с мячом в руках. Бросанию мяча из-за головы. Упражнять перестроению из шеренги в круг	«Брось и догони» «Мой весёлый мяч»
Март			
1 неделя	«В гости к бабушке»	Упражнять в прыжках на двух ногах на месте с поворотами вокруг себя. Катанию мяча двумя руками. Учить ходить и бегать в колонне друг за другом по зрительному ориентиру	«Доползи до цветочка», «Поиграем и потанцуем».
2 неделя	«На рыбалку»	Упражнять в метании на дальность правой и левой рукой. Влезанию на гимнастическую стену удобным способом Учить построению по команде инструктора. Ходьбе приставным шагом вперед. Бег на скорость (расстояние до 10 м.)	«Рыбаки» «Воробышки и автомобиль».
3 неделя	«Курочка с цыплятами»	Упражнять перешагиванию через препятствие (высота 10-15см.) Спрыгиванию вниз. Ползанию	Упражнение с платочками. «Наседка и цыплята».

		между ножками стула, произвольным способом.	
4 неделя	«У солнышка в гостях»	Упражнять бросанию мяча вперед снизу. Ползанию под препятствие (высота 30- 40см.) Упражнять построением парами. Ходьбе парами с высоким подниманием колен и взмахом рук. Ходьбе по узенькой дорожке	Игра с солнечными зайчиками.
Апрель			
1 неделя	«Прыгай как мяч»	Упражнять подтягиванию на скамейке в положении лежа на животе. Прыжкам на двух ногах с мячом в руках (до 2м.) Учить ходьбе по кругу (взявшись за руки) со сменой направления по сигналу. Бегу по кругу со сменой направления по сигналу.	Упражнения с мячом. «Поймай мяч», «Пузырь»
2 неделя	«У солнышка в гостях»	Упражнять прыжкам со сменой положения ног (врозь- вместе). Ловли мяча, подтягиванию на скамейке, в положении лежа на животе. Учить перестроению в шеренги. Ходьбе с препятствиями, по ребристой дорожке	«Где звенит» «Перемена мест».
3 неделя	«Курочка с цыплятами»	Упражнять прыжкам вверх с места с целью достать предмет. Прокатыванию мяча друг другу. Учить построению в колонну парами. Ходьбе с высоким подниманием колен в колонне парами. Бегу в колонне парами, чередующийся с бегом врассыпную.	«Наседка и цыплята», «Цыплята и кот», «Пушистые цыплята»
4 неделя	«Птички летают»	Упражнять в ходьбе между предметами. Прыжкам на двух ногах на месте. Ползанию на средних четвереньках (3-4м.) Учить построению врассыпную. Чередованию ходьбе врассыпную с ходьбой стойкой. Чередованию бега врассыпную с бегом в обусловленного места по сигналу	«Забавные птички», «Птички летят ко мне».
5 неделя	«Волшебная палочка-скакалочка»	Упражнять в ходьбе между предметами. Прыжкам на двух ногах на месте. Ползанию на средних	«Забавные птички», «Птички летят ко мне».

		четвереньках (3-4м.) Учить построению в рассыпную. Чередованию ходьбе в рассыпную с ходьбой стойкой. Чередованию бега в рассыпную с бегом в обусловленного места по сигналу.	
Май			
1 неделя	«Волшебная палочка - скакалочка»	Упражнять бросанию предметов в цель (1м.) одной рукой, в прыжках со сменой положения (врозь-вместе) Учить построению в круг по флажку определенного цвета. Ходьбе переставным шагом. Бегу со сменой темпа по сигналу.	«Лошадки», «Из кружка в кружок». Игра с волшебной палочкой.
2 неделя	«На солнечной полянке»	Упражнять бросанию предметов в цель (расст. 1м.). Учить размыканию и смыканию при построении обычным шагом. Ходьбе и бегу с дополнительным заданием: убежать от догоняющих.	«Солнышко и дождик», игра с солнышком и ветерком (на скамейке).
3 неделя	«В гостях у куклы»	Упражнять прыжкам на всей ступне с подниманием на носки (пружинка). Прокатывание мяча одной рукой. Учить построению стайкой. Ходьбе стайкой за инструктором. Бегу обычной стайкой. Ходьбе между предметами. «	Доползи до флажка», «Догонялки».
4 неделя	«Путешествие в лес к жучкам паучкам»	Упражнять ползанию по доске на средних четвереньках (по мосту). Ходьбе по извилистой дорожке (ширина 25-30см.) Учить построению в колонну друг за другом. Ходьбе в колонне друг за другом. Бегу в колонне друг за другом.	«Лесные жучки».

**Младшая группа
Физическая культура**

№ занятия	Дата проведения		Тема	Количество часов
	план	факт		
тия				

Сентябрь		Упражнять детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем, ходить между двумя линиями (между шнурами). Л. И. Пензулаева Физкультурные занятия с детьми с. 27	1
1	01.09		
2	03.09	Закрепить ходьбу и бег небольшими группами за воспитателем, ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие. Л. И. Пензулаева с. 27-28	1
3	06.09	Игровые упражнения с мячом. Л. И. Пензулаева с.32	1
4	08.09	Упражнять ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, прыгать на двух ногах на месте. Л. И. Пензулаева с. 28	1
5	10.09	Закрепить ходьбу и бег всей группой в прямом направлении за воспитателем. Прыжки на двух ногах на месте. Л. И. Пензулаева с. 29	1
6	13.09	Игровые упражнения на равновесие. Л. И. Пензулаева с. 32	1
7	15.09	Упражнять детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, энергично отталкивать мяч двумя руками при катании друг другу, выдерживая направление движения. Л. И. Пензулаева с. 29-30	1
8	17.09	Ходьба и бег в колонне небольшими группами. отталкивание мяча двумя руками при катании друг другу, выдерживая направление движения.Л. И. Пензулаева с. 30	1
9	20.09	Игровые упражнения с мячами. Л. И. Пензулаева с. 32	1
10	22.09	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному всем составом группы; подлезании под шнур. И. Пензулаева с. 31-32	1
11	24.09	Закрепить ходьбу и бег колонной по одному всем составом группы; подлезание под шнур.Л. И. Пензулаева с. 31-32	1
12	27.09	Игровые упражнения и подвижные игры Л. И. Пензулаева с. 32	1
13	29.09	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, сохранять устойчивое равновесие в ходьбе беге по ограниченной площади. Упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. Л. И. Пензулаева с. 33-34	
Октябрь		Закрепить ходьбу и бег по кругу, сохранять устойчивое равновесие в ходьбе, беге по ограниченной площади.	1
14	01.10	Подпрыгивание на двух ногах на месте. Л. И. Пензулаева с. 33-34	
15	04.10	Игровые упражнения с подлезанием под дугу Л. И. Пензулаева с. 44	1
16	06.10	Упражнять детей во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя. При перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги Упражнять в прокатывании мячей. Л. И. Пензулаева с. 34-35	1
17	08.10	Закрепление ходьбы и бега с остановкой на сигнал воспитателя, перепрыгивание и приземление на полусогнутые ноги. Прокатывание мячей. Л. И Пензулаева с. 34-35	1
18	11.10	Игровые упражнения на равновесие. Л. И. Пензулаева с. 38	1

19	13.10	Упражнять в умении ходить и бегать по кругу, в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. Л. И. Пензулаева с. 36-37	1
20	15.10	Закрепление умение ходить и бегать по кругу, энергичное отталкивание мяча при прокатывании друг другу. Закрепить ползание на четвереньках. Л. И. Пензулаева с. 36-37	1
21	18.10	Игровые упражнения с прыжками. Л. И. Пензулаева с. 38	1
22	20.10	Упражнять останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя, подлезать под шнур.Л. И. Пензулаева с. 37-38»	1
23	22.10	Закрепление остановки во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя, подлезать под шнур, соблюдая равновесие при ходьбе по уменьшенной площади. Л. И. Пензулаева с. 37-38	1
24	25.10	Игровые упражнения с мячом. Л. И. Пензулаева с. 38	1
25	27.10	Упражнять в ходьбе и беге, сохранять равновесие в ходьбе по уменьшенной площади, мягко приземляться в прыжках.Л. И. Пензулаева с. 39-40	1
26	29.10	Ходьба и бег, сохранении равновесия в ходьбе по уменьшенной площади, мягко приземляться в прыжках.Л. И. Пензулаева с. 39-40	1
Ноябрь		Игровые упражнения с прыжками, спрыгиванием со скамейки Л. И. Пензулаева с. 56-57	1
27	01.11		
28	03.11	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, подлезании под шнур, не касаясь руками пола; сохрЛ. И. Пензулаева с. 55-56	1
29	08.11	Закрепление ходьбы и бега по кругу, подлезание под шнур, не касаясь руками пола; сохранять равновесие при ходьбе по доске.Л. И. Пензулаева с. 55	1
30	10.11	Игровые упражнения с катанием мяча, подлезанием, не касаясь руками пола Л. И. Пензулаев с. 56-57	1
31	12.11	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, катании мяча друг другу, подползании под дугу.Л. И. Пензулаева с. 56	1
32	15.11	Упражнять в ходьбе колонной по одному, в прыжках из обруча в обруч. Приземляться на полусогнутые ноги. Л. И. Пензулаева с. 40-41	1
33	17.11	Закрепить ходьбу колонной по одному, прыжки из обруча в обруч. Приземляться на полусогнутые ноги.Л. И. Пензулаева с. 40-41	1
34	19.11	Игровые упражнения на равновесие Л. И. Пензулаева с. 44	1
35	22.11	Упражнять в ходьбе колонной по одному, ловле мяча, брошенный воспитателем и обратно, ползании на четвереньках с. 44-43	1
36	24.11	Закрепить ходьбу колонной по одному, ловлю мяча, брошенного воспитателем и обратно, ползание на четвереньках Л. И. Пензулаева с. 40-41	1

37	26.11		Игровые упражнения с прыжками, с мячрм. Л. И. Пензулаева с. 44	1
38	29.11		Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках.Л. И. Пензулаева с. 45-46	1
	Декабрь		Закрепить ходьбу и бег врассыпную, используя всю площадь зала; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках. Л. И. Пензулаева с. 45-46	1
39	01.12			
40	03.12		Игровые упражнения с подлезанием, не касаясь руками пола Л. И. Пензулаева с. 56	1
41	06.12		Упражнять в ходьбе и беге по кругу в мягком спрыгивании на полусогнутые ноги. Л. И. Пензулаева Физкультурные занятия с детьми с. 51-52	1
42	08.12		Ходьба и бег по кругу, , прокатывание мяча.Л. И. Пензулаева с. 55	1
43	10.12		Игровые упражнения с мячом Л. И. Пензулаева с. 56	1
44	13.12		Упражнять в ходьбе парами и беге в рассыпную, прокатывать мяч друг другу, подлезать под дугу, не касаясь руками пола. с. 53	1
45	15.12		Закрепить ходьбу парами и бег в рассыпную, прокатывание мяча друг другу, подлезание под дугу, не касаясь руками пола. Л. И. Пензулаева с. 53-54	1
46	17.12		Игровые упражнения с прыжками, спрыгиванием со скамейки Л. И. Пензулаева с. 56-57	1
47	20.12		Упражнять в ходьбе и беге по кругу, подлезании под шнур, не касаясь руками пола; сохранять равновесие при ходьбе по доске.Л. И. Пензулаева с. 55-56	1
48	22.12		Ходьба и бег по кругу, подлезание под шнур, не касаясь руками пола; сохранять равновесие при ходьбе по доске. Л. И. Пензулаева с. 55	1
49	24.12		Игровые упражнения с катанием мяча, подлезанием, не касаясь руками пола Л. И. Пензулаева с. 56-57	1
51	27.12		Равновесие. Прыжки на двух ногах. Л.И. Пензулаева с. 43-44	1
52	29.12		Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мяча. Л.И. Пензулаева с. 45	
	Январь		Игровые упражнения: ползание не касаясь руками пола. Л.И.Пензулаева с.49-50	1
53	10.01			
54	12.01		Катание мяча друг другу. Ползание. Л.И. Пензулаева с. 46-47	1
55	14.01		Ходьба по уменьшенной площади опоры. Ползание под дугу не касаясь руками пола. Л.И. Пензулаева с. 47-48	1
56	17.01		Упражнения : ходьба по доске, прыжки со скамейки, прыжки на месте. Л.И.Пензулаева с.49-50	1
57	19.01		Равновесие. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Л.И. Пензулаева с. 43-44	1
58	21.01		Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мяча. Л.И. Пензулаева с. 45-46	1
59	24.01		Игровые упражнения;; прыжки со скамейки; прыжки вокруг предметов. Л.И.Пензулаева с.49-50	1
60	26.01		Координация движений. Прыжки, с продвижением вперед Л.И. Пензулаева с. 50	1

61	28.01		Прыжки с высоты. Упражнения с мячом. Л.И. Пензулаева с. 51-52 №22	1
62	31.01		Упражнять в ходьбе колонной по одному; ползать на четвереньках. Л.И. Пензулаева с. 54	1
	Февраль		Бросание мяча через шнур. Ползание под шнур, не касаясь руками пола. Л.И. Пензулаева с. 52-53	1
63	02.02			
64	04.02		Лазание. Равновесие. Л.И. Пензулаева с. 53-54	1
65	07.02		Игровые упражнения :подлезание, катание мячей в прямом направлении. Л.И. Пензулаева с. 54	1
66	09.02		Прыжки из обруча в обруч. Ходьба переменным шагом через шнур Л.И. Пензулаева с.52-5	1
67	11.02		Бросание мяча через шнур. Подлезание под шнуром. Л.И. Пензулаева с.52-53	1
68	21.02		Игровые упражнения: равновесие. Подвижные игры. Л.И. Пензулаева с. 54	1
69	25.02		Пролезание в обруч. Равновесие. Л.И. Пензулаева с 52-53	1
70	28.02		Ловля мяча. Ползание на четвереньках. . Л.И. Пензулаева	1
	Март		Игровые упражнения: прыжки- из ямки в ямку, через шнуры; бросание снежков вдаль правой и левой рукой. Л.И. Пензулаева с. 54	1
71	02.03			
72	04.03		Закрепить пролезание в обруч. Равновесие. Л.И. Пензулаева с 53-54	1
73	09.03		Ловля мяча. Ползание на четвереньках Л.И. Пензулаева с 53-54	
74	11.03		Игровые упражнения: с мячом- бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками; бросание снежков правой и левой рукой Л.И. Пензулаева с. 54	1
75	14.03		Прыжки между предметами. Ходьба по ограниченной площади опоры. Л.И. Пензулаева с. 54-55	1
76	16.03		Прыжки в длину с места. Л.И. Пензулаева с. 56-57	1
77	18.03		Игровые упражнения: –лазание под шнур. Прыжки. Подвижные игры	1
78	21.03		Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре. Л.И. Пензулаева с. 57-58	1
79	23.03		Координация движений. Ползание. Равновесие. Л.И. Пензулаева с. 58-59	1
80	25.03		Игровые упражнения: равновесие - ходьба по шнуру. Подвижные игры Л.И.Пензулаева с.59-60	1
81	28.03		Ползание по скамейке на ладонях и коленях. Бросание мяча. Л.И. Пензулаева с.60	1
82	30.03		Перешагивание через бруски. Влезание на наклонную лестницу. Л.И. Пензулаевас.60	1

Апрель		Игровые упражнения. Подвижные игры. Л.И.Пензулаева с.59-60	1
83	01.04		
84	07.04	Прыжки в длину с места. Прокатывание мяча между предметами. Л.И. Пензулаева с.60	1
85	04.04	Равновесие. Прыжки вперед. Л.И. Пензулаева	1
86	06.04	Подвижные игры. Игровые упражнения Л.И.Пензулаева с.59-60	1
87	08.04	Упражнения с мячом. Прыжки. Л.И. Пензулаева с. 61-62	1
88	11.04	Прыжки через шнуры. Равновесие. Л.И. Пензулаева с. 60-61	1
89	13.04	Игровые упражнения: прыжки до кегли. Подвижные игры Л.И.Пензулаева стр.64-65	1
90	15.04	Упражнения в ползании и с мячом. Л.И. Пензулаева с. 62-63	1
91	18.04	Ползание между предметами. Л.И. Пензулаева с. 63-64	1
92	20.04	Игровые упражнения. Подвижные игры. Л.И.Пензулаева стр.64-65	1
93	22.04	Прыжки в длину с места. Л.И.Пензулаева	1
94	25.04	Бросание мяча. Л.И.Пензулаева	1
95	27.04	Подвижные игры. Игровые упражнения Л.И.Пензулаева стр.64-65	1
97	29.04	Бросание мяча вверх. Ползание по доске. Л.И.Пензулаева	1
Май		Влезание на наклонную лесенку. Л.И.Пензулаева	1
98	04.05		
99	06.05	Подвижные игры: «Наседка и цыплята», «Сбей кеглю», Воробышки и кот», «Найди свой цвет». Л.И.Пензулаева стр.64-65	1
100	11.05	Ориентировка в пространстве. Л.И. Пензулаева с. 65-66	1
101	13.05	Прыжки со скамейки. Прокатывание мяча. Л.И. Пензулаева с. 66-67№34	1
102	16.05	Игровые упражнения на пройденный и освоенный материал». «Жуки» «Прокати - поймай». Л.И.Пензулаева с.79	1
103	18.05	Ползание по гимнастической скамейке. Бросание мяча вверх и ловля. Л.И. Пензулаева с. 67-68	1
104	20.05	Лазание по наклонной лесенке. Л.И. Пензулаева с. 68	1
105	23.05	Подвижная игра «Найди свой цвет» Л.И.Пензулаева с.79	1
106	25.05	Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча друг другу. Л.И.Пензулаева с.34-35	1
107	27.05	Ползание. Прокатывание мяча. Игровые упражнения с мячом. Подвижные игры. Л.И.Пензулаева с.34-35	1

108	30.05		Игровые упражнения с мячом. Подвижные игры. Л.И.Пензулаева с.34	1
				Всего: 108 часов

Старшая группа

№ занятия	Дата проведения		Тема	Количество часов
	План	факт		
	Сентябрь			
			Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. Л. И. Пензулаева с. 15.	1
1	01.09		Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. Л. И. Пензулаева с. 17.	1
2	03.09		Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 17.	1
3	06.09		Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; . Л. И. Пензулаева с. 19.	1
4	08.09		Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; Л. И. Пензулаева с. 20.	1
5	10.09		Повторить ходьбу и бег между предметами, враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Л. И. Пензулаева с. 20.	1
6	13.09		Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. . Л. И. Пензулаева с. 21.	1
7	15.09		Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Л. И. Пензулаева с. 23.	1
8	17.09		Повторение бега, упражнение в прыжках. Л. И. Пензулаева с. 24.	1
9	20.09		Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; повторить упражнения в равновесии и прыжках Л. И. Пензулаева с. 24.	1
10	22.09		Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; упражнения в равновесии и прыжках Л. И. Пензулаева с. 26.	1
11	24.09			

12	27.09		Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер. Л. И. Пензулаева с. 26.	1
13	29.09		Упражнять детей в беге; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. Л. И. Пензулаева с. 28.	1
Октябрь			Упражнять детей в беге; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча. Л. И. Пензулаева с. 29.	1
14	01.10			
15	04.10		Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола, упражнять в прыжках. Л. И. Пензулаева с. 29.	1
16	06.10		Поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; Л. И. Пензулаева с. 30.	1
17	08.10		Поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты. Л. И. Пензулаева с. 32.	1
18	11.10		Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Л. И. Пензулаева с. 32.	1
19	13.10		Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии. Л. И. Пензулаева с. 33.	1
20	15.10		Повторить ходьбу с изменением темпа движения; Л. И. Пензулаева с. 34.	1
21	18.10		Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, повторить игровое упражнение с прыжками. Л. И. Пензулаева с. 35.	1
22	20.10		Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 35.	1
23	22.10		Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 37.	1
24	25.10		игра «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, игра «Затейники». Л. И. Пензулаева с. 37.	1
25	27.10		Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, Л. И. Пензулаева с. 39.	1
26	29.10		Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах. Л. И. Пензулаева с. 41.	1
Ноябрь			Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 41.	1
27	01.11			
28	03.11		Ходьба с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении	1

		мяча между предметами. Л. И. Пензулаева с. 42.	
29	08.11	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами. Л. И. Пензулаева с. 43.	1
30	10.11	Повторить бег с перешагиванием через предметы, упражнять в беге. Л. И. Пензулаева с. 43.	1
31	12.11	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. Л. И. Пензулаева с. 44.	1
32	15.11	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом. Л. И. Пензулаева с. 45.	1
33	17.11	Упражнять в беге, в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом. Л. И. Пензулаева с. 45.	1
34	19.11	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 46. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа	1
35	22.11	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 47.	1
36	24.11	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом. Л. И. Пензулаева с. 47.	1
37	26.11	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную Дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. Л. И. Пензулаева с. 48.	1
38	29.11	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную Дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча. Л. И. Пензулаева с. 49.	1
Декабрь		Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность. Л. И. Пензулаева с. 50.	1
39	01.12		
40	03.12	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. Л. И. Пензулаева с. 51	1
41	06.12	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча. Л. И. Пензулаева с. 52.	1

42	08.12		Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель. Л. И. Пензулаева с. 52.	1
43	10.12		Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия. Л. И. Пензулаева с. 53.	1
44	13.12		Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, ползание по гимнастической скамейке; Л. И. Пензулаева с. 54.	1
45	15.12		Упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с" бегом и бросание снежков в горизонтальную цель. Л. И. Пензулаева с. 54. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа	1
46	17.12		Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку;. Л. И. Пензулаева с. 55.	1
47	20.12		Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; Л. И. Пензулаева с. 57.	1
48	22.12		Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; . Л. И. Пензулаева с. 57.	1
49	24.12		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Л. И. Пензулаева с. 59.	1
51	27.12		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Л. И. Пензулаева с. 60.	1
52	29.12		Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения. Л. И. Пензулаева с. 61.	1
Январь			Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Л. И. Пензулаева с. 61.	1
53	10.01			
54	12.01		Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой. Л. И. Пензулаева с. 63.	1
55	14.01		Повторить игровые упражнения с бегом и метанием. Л. И. Пензулаева с. 63	1
56	17.01		Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу;. Л. И. Пензулаева с. 63.	1
57	19.01		Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу;. Л. И. Пензулаева с. 61.	1

58	21.01		Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность. Л. И. Пензулаева с. 65.	1
59	24.01		Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Л. И. Пензулаева с. 65.	1
60	26.01		Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Л. И. Пензулаева с. 66.	1
61	28.01		Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Л. И. Пензулаева с. 66. «	1
62	31.01		Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. Л. И. Пензулаева с. 68. «	1
Февраль			Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину. Л. И. Пензулаева с. 69.	1
63	02.02			
64	04.02		Упражнять детей в ходьбе скользящим шагом, , игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке. Л. И. Пензулаева с. 69.	1
65	07.02		Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. Л. И. Пензулаева с. 70.	1
66	09.02		Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную;; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. Л. И. Пензулаева с. 71.	1
67	11.02		Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. Л. И. Пензулаева с. 71.	1
68	21.02		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.Л. И. Пензулаева с. 71.	1
69	25.02		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее. Л. И. Пензулаева с. 71.	1
70	28.02		Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность Л. И. Пензулаева с. 73.	1
Март			Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом. Л. И. Пензулаева с. 73.	1
71	02.03			
72	04.03		Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять прыжи и с мячом. Л. И. Пензулаева с. 74	1

73	09.03		Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий. Л. И. Пензулаева с. 75.	1
74	11.03		Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (<i>шнуру</i>) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, . Л. И. Пензулаева с. 76.	1
75	14.03		Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (<i>шнуру</i>) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, . Л. И. Пензулаева с. 77	1
76	16.03		Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, Л. И. Пензулаева с. 78.	1
77	18.03		Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и в рассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. Л. И. Пензулаева с. 79.	1
78	21.03		Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и в рассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами. Л. И. Пензулаева с. 80.	1
79	23.03		Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками. Л. И. Пензулаева с. 80.	1
80	25.03		Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, Л. И. Пензулаева с. 81.	1
81	28.03		Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, Л. И. Пензулаева с. 82.	1
82	30.03		Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. Л. И. Пензулаева с. 83	1
	Апрель		Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (<i>парами</i>) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. Л. И. Пензулаева с. 83.	1
83	01.04			
84	07.04		Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (<i>парами</i>) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии. Л. И. Пензулаева с. 84	1
85	04.04		Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками. Л. И. Пензулаева с. 85.	1
86	06.04		Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. Л. И. Пензулаева с. 86.	1

87	08.04		Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании. Л. И. Пензулаева с. 87.	1
88	11.04		Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки — перебежки», эстафету с большим мячом. Л. И. Пензулаева с. 87.	1
89	13.04		Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей. Л. И. Пензулаева с. 88.	1
90	15.04		Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей. Л. И. Пензулаева с. 89.	1
91	18.04		Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. Л. И. Пензулаева с. 89.	1
92	20.04		Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель. Л. И. Пензулаева с. 89.	1
93	22.04		Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель. Л. И. Пензулаева с. 91.	1
94	25.04		Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. Л. И. Пензулаева с. 91.	1
95	27.04		Упражнять в ходьбе и беге между предметами; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 91.	1
	Май		Упражнять в ходьбе и беге между предметами; упражнять в сохранении равновесия и прыжках. Л. И. Пензулаева с. 93.	1
97	29.04			
98	04.05		Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. Л. И. Пензулаева с. 93.	1
99	06.05		Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; повторить упражнения в прыжках и с мячом. Л. И. Пензулаева с. 94.	1
100	11.05		Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; повторить упражнения в прыжках и с мячом. Л. И. Пензулаева с. 95.	1
101	13.05		Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; Л. И. Пензулаева с. 96.	1
102	16.05		Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча. Л. И. Пензулаева с. 96.	1
103	18.05		Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча. Л. И. Пензулаева с. 97. «	1
104	20.05		Непрерывный беге; упражнять в прокатывании обручей, повторить игровые упражнения с мячом. Л. И.	1

			Пензулаева с. 97.	
105	23.05		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; упражнения в равновесии и с обручем. Л. И. Пензулаева с. 98.	1
106	25.05		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; упражнения в равновесии и с обручем. Л. И. Пензулаева с. 99.	1
107	27.05		Бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках. Л. И. Пензулаева с. 99.	1
108	30.05		Ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами. Л. И. Пензулаева с. 100.	1
				Всего: 108 часов

Подготовительная группа

№ занятия	Дата проведения		Тема	Количество часов
	План	факт		
Сентябрь			Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; Л.И. Пензулаева стр. 9	1
1	01.09			
2	03.09		Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; Л.И. Пензулаева стр. 10	1
3	06.09		Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Л.И. Пензулаева стр. 11	1
4	08.09		Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр. 11-12	1
5	10.09		Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его Л.И. Пензулаева стр.13	1
6	13.09		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр.14	1
7	15.09		Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир – кубик или кегля); упражнение на переползание по гимнастической скамейке. Л.И. Пензулаева стр. 15	1

8	17.09	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир – кубик или кегля); повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. Л.И. Пензулаева стр. 16	1
9	20.09	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; ходьба между предметами. Л.И. Пензулаева стр. 16	1
10	22.09	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; Л.И. Пензулаева стр. 16-17	1
11	24.09	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; Л.И. Пензулаева стр. 18	1
12	27.09	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; Л.И. Пензулаева стр.16	1
13	29.09	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр. 20	
Октябрь		Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. Л.И. Пензулаева стр. 21	1
14	01.10		
15	04.10	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; повторить задание в прыжках. Л.И. Пензулаева стр. 22	1
16	06.10	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; Л.И. Пензулаева стр. 22-23	1
17	08.10	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; Л.И. Пензулаева стр. 23-24	1
18	11.10	Бег в среднем темпе (с продолжительностью до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках. Л.И. Пензулаева стр. 24	1
19	13.10	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; упражнения в ведении мяча; ползании; Л.И. Пензулаева стр. 24-25	1
20	15.10	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; Л.И. Пензулаева стр. 26	1
21	18.10	Ходьба с изменением движения, умение действовать по сигналу воспитателя; Л.И. Пензулаева стр. 26-27	1
22	20.10	Ходьба со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; Л.И. Пензулаева стр. 27-28	1
23	22.10	Ходьба со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; Л.И. Пензулаева стр. 28	1
24	25.10	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча. Л.И. Пензулаева стр. 28-29	1
25	27.10	Ходьба и бег по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном	1

		отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр. 29-32	
26	29.10	Ходьба и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева стр. 32	1
Ноябрь		Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр. 32	1
27	01.11		
28	03.11	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине Л.И. Пензулаева стр. 32-34	1
29	08.11	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом Л.И. Пензулаева стр. 34	1
30	10.11	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу Л.И. Пензулаева стр. 34-35	1
31	12.11	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу. Л.И. Пензулаева стр. 36	1
32	15.11	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом. Л.И. Пензулаева стр. 36-37	1
33	17.11	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; упражнения в прыжках и на равновесие. Л.И. Пензулаева стр. 37-38	1
34	19.11	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, упражнения в прыжках и на равновесие. Л.И. Пензулаева стр. 38-39	1
35	22.11	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; Л.И. Пензулаева стр. 39	1
36	24.11	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Л.И. Пензулаева стр. 40-41	1
37	26.11	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Л.И. Пензулаева стр. 41	1
38	29.11	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге Л.И. Пензулаева стр. 41-42	1
Декабрь		Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, упражнения в ползании и эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева стр. 42-43	1
39	01.12		

40	03.12		Ходьба с изменением темпа движения, прыжки на правой и левой ноге попеременной; упражнения в ползании и эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева стр. 43	1
41	06.12		Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие, в прыжках, Л.И. Пензулаева стр. 43-44	1
42	08.12		Ходьба с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; ползании на животе, Л.И. Пензулаева стр. 45-46	1
43	10.12		Ходьба с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе Л.И. Пензулаева стр. 46	
44	13.12		Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в прыжках, Л.И. Пензулаева стр. 46-47	1
45	15.12		Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках Л.И. Пензулаева стр. 47-48	1
46	17.12		Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках Л.И. Пензулаева стр. 48	1
47	20.12		Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; метании снежков на дальность. Л.И. Пензулаева стр. 48-49	1
48	22.12		Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; прыжки на двух ногах через препятствие. Л.И. Пензулаева стр. 49-51	1
49	24.12		Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; прыжки на двух ногах через препятствие. Л.И. Пензулаева стр. 51	1
51	27.12		Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; Л.И. Пензулаева, стр. 51-52	1
52	29.12		Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; упражнения с мячом и ползании по скамейке. Л.И. Пензулаева стр. 52-53	1
Январь			Игровое упражнение «Снежная королева»; игровое упражнение в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки». Л.И. Пензулаева стр.54	1
53	10.01			
54	12.01		Упражнять в ходьбе и беге перешагивание через шнуры, лазанье под шнур. Л.И. Пензулаева стр.54-56	1
55	14.01		Упражнять в ходьбе и беге с перешагивание через шнуры, лазанье под шнур. Л.И. Пензулаева стр.56	1
56	17.01		Упражнять детей в ходьбе между снежками; катание друг друга на санках. Л.И. Пензулаева стр.56-57	1
57	19.01		Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; Л.И. Пензулаева стр.57-58	1

58	21.01		Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; Л.И. Пензулаева стр.58	1
59	24.01		Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!». Л.И. Пензулаева стр.58	1
60	26.01		Упражнять в сохранении равновесии при ходьбе ;упражнения в бросании мяча Л.И. Пензулаева стр.59-60	1
61	28.01		Упражнять в сохранении равновесии при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, упражнения в бросании мяча, Л.И. Пензулаева группа, стр.60	1
62	31.01		Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя;, игровое задание с прыжками. Л.И. Пензулаева стр.60-61	1
Февраль			Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу). Л.И. Пензулаева стр.61-62	1
63	02.02			
64	04.02		Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу). Л.И. Пензулаева стр.62	1
65	07.02		Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; игровые упражнения на санках,. Л.И. Пензулаева стр.62-63	1
66	09.02		Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку;. Л.И. Пензулаева стр.63-64	1
67	11.02		Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; Л.И. Пензулаева стр.64	1
68	21.02		Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, Л.И. Пензулаева стр.64-65	1
69	25.02		Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами;. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр.65-66	1
70	28.02		Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Л.И. Пензулаева стр.66	1
Март			Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр.66	1
71	02.03			
72	04.03		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева стр.72-73	1

73	09.03		Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, Л.И. Пензулаева стр.73	1
74	11.03		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. Л.И. Пензулаева стр.72-73	1
75	14.03		Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. Л.И. Пензулаева стр.74-75	1
76	16.03		Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом Л.И. Пензулаева стр.72	1
77	18.03		Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. Л.И. Пензулаева стр.73-74	1
78	21.03		Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом. Л.И. Пензулаева стр.73	1
79	23.03		Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение при ходьбе по повышенной опоре. Л.И. Пензулаева стр.73-74	1
80	25.03		Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение при ходьбе по повышенной опоре. Л.И. Пензулаева стр.74	1
81	28.03		Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. Л.И. Пензулаева стр.74-75	1
82	30.03		Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки Л.И. Пензулаева стр.75	1
Апрель			Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Л.И. Пензулаева стр.75	1
83	01.04		Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом. Л.И. Пензулаева стр.75-76	1
84	07.04		Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. Л.И. Пензулаева стр.76	1
85	04.04		Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. Л.И. Пензулаева стр.76	1
86	06.04		Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. Л.И. Пензулаева стр.76-77	1
87	08.04		Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. Л.И. Пензулаева стр.77	1
88	11.04		Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» Подготовительная группа, стр.77-78	1
89	13.04		Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках. Л.И. Пензулаева стр.78	1
90	15.04			

91	18.04		Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, Л.И. Пензулаева стр.78-79	1
92	20.04		Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, Л.И. Пензулаева стр.79	1
93	22.04		Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии. Л.И. Пензулаева стр.79	1
94	25.04		Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом Л.И. Пензулаева стр.79-80	1
95	27.04		Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом. Л.И. Пензулаева стр.80	1
97	29.04		Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. Л.И. Пензулаева стр 80-81.	1
	Май		Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку Л.И. Пензулаева стр.81	1
98	04.05			
99	06.05		Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. Л.И. Пензулаева стр.81-82	1
100	11.05		Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку;. Л.И. Пензулаева стр.82	1
101	13.05		Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. Л.И. Пензулаева стр.82-83	1
102	16.05		Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.. Л.И. Пензулаева стр.83	1
103	18.05		Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, Л.И. Пензулаева стр.83-84	1
104	20.05		Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках,. Л.И. Пензулаева стр.84	1
105	23.05		Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками. Л.И. Пензулаева стр.84-85	1
106	25.05		Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. Л.И. Пензулаева стр.85	1
107	27.05		Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. Л.И.	1

			Пензулаева стр.85-86	
108	30.05		Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом Л.И. Пензулаева стр.86	1
				Всего: 108 часов

3.5. Модель образовательного процесса

Основой для реализации комплексно-тематического принципа построения Программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка (Дни доброты, красоты, всемирный день приветствий и др.);
- окружающей природе (вода, земля, птицы, животные и др.);
- миру искусства и литературы (Дни поэзии, детской книги, театра и др.);
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям (День матери, Новый год, Праздник весны и труда и др.);
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (День защитника Отечества, День Победы и др.), - сезонным явлениям (Осень в гости к нам пришла, Зимушка хрустальная, Весна-красна, Вот и лето пришло). - народной культуре и традициям (Дымковская игрушка, матрешка и др.) Данная основа комплексно-тематического планирования обеспечивает:
 - «проживание» ребенком содержания дошкольного образования во всех видах детской деятельности;
 - социально-личностную ориентированность и мотивацию всех видов детской деятельности в ходе подготовки и проведения праздников;
 - поддержание эмоционально-положительного настроения ребенка в течение всего периода освоения данной программы;
 - многообразие форм подготовки и проведения праздников;
 - возможность реализации принципа построения программы «по спирали», или от простого к сложному (основная часть праздников повторяется в следующем возрастном подпериоде дошкольного детства, при этом возрастает мера участия детей и сложность задач, решаемых каждым ребенком при подготовке и проведении праздников);

- выполнение функции сплочения общественного и семейного дошкольного образования (включение в праздники и подготовку к ним родителей воспитанников);

При использовании комплексно-тематического планирования учитывается следующее:

- темы определяются педагогами в соответствии с календарными праздниками и значимыми событиями данного возраста, исходя из количества учебных недель за учебный год;
- формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей;
- одной теме уделяется не менее одной недели;
- тема отражается в подборе материалов в уголках развития, находящихся в группе и в уголках для родителей.

Дата	Тема	Итоговое
01.09.-08.09	«Здравствуй детский сад»	«Праздник День знаний» в МОУ «СОШ».
11.09-15.10	Осень в гости к нам пришла. Деревья, кустарники. Овощи. Фрукты. Грибы	Праздник Осени. Выставка поделок из овощей. Выставка рисунков и аппликаций на осеннюю тематику. Вечер загадок по теме «Деревья и кустарники. Поделки из природного материала «Грибная сказка» .
04.10- 13.10	Мониторинг	
16.10-20.10 23.10-27..10	«Домашние животные » «Домашние птицы»	Совместное изготовление макета «Домашние животные на ферме». Проект «Домашние животные» краткосрочный.
30.10-03.11	День народного единства Моя страна. «Моё село»	Выставка детских работ бумажных кукол в национальных одеждах. Развлечение «День народного единства» в национальных костюмах.(внесение флага и гимн).
07.11-10.11 13.11-17.11	«Дикие животные» «Зимующие птицы»	Совместное изготовление макета «Дикие животные в лесу». Изготовление кормушек.
20.11-24.11	День матери «Я и моя семья»	Праздничный вечер для мам. Выставка портретов «Моя мама».
27.11-01.12	«Наш дом» «Мебель»	Совместное изготовление макета квартира.

04.12-29.12	Праздник новый год Зима. Народные праздники. «Север нашей Родины, животные и природа»	Новогодний утренник. Совместное изготовление макета «Животные севера». Проект «Ёлочка-красавица в гости к нам пришла»
30.12-08.01.24 г	каникулы	
09.01-12.01 15.01-19.01	Одежда , обувь, головные уборы Что из чего сделано?	Выставка детей на тему: «Я – модельер».
29.01-02.02 05.02-09.02	Транспорт, правила дорожного движения	Викторина «Правила дорожного движения». Проект Правила дорожного движения краткосрочный.
19.02-22.02	«День защитника Отечества .Они прославляли Родину»»	Выставка детских работ «Наша Армия». Праздник: «Самый лучший папа».
12.02-16.02	Каникулы.	Зимние развлечения.
26.02-01.03 04.03-07.03	«Международный женский день Профессии мам. Посуда	Праздник Весны- 8 марта.
11.03-15.03	Животные жарких стран. Мир растений.	Совместное изготовление макета животные жарких стран.
18.03-22.03 25.03-29.03	Декоративно – прикладное искусство России «Знакомство с народной культурой и традициями» Дымковские игрушки. Русская матрешка	Выставка детей «Русская матрешка». Проект «Русская матрешка»
01.04-05.04	Весна. Птицы прилетели	Развлечение «Прилет птиц»
08.04-12.04	День авиации и космонавтики	Выставка космических аппаратов из бросового материала.
15.04-19.04	День книги	Игра – конкурс «Лукошко со сказками»
22.04-26.04	Школа. Мои друзья	Экскурсия в школу.
27.04, 02.05,03.05	Праздник весны и труда.	Проект краткосрочный «Праздник весны и труда» Совместный субботник с детьми и родителями
	День Победы. Россия.	Изготовление цветов . Акция «День Победы». Праздник 9 мая. Выступление в СДК. 15 мая Международный день семьи
23.05-31.05	«В гости к хозяйке луга»	Коллективная аппликация «Бабочки на лугу».
23.05-31.05	Мониторинг	Выпускной бал «До свиданья детский сад».

3.6 Методическое обеспечение

1. Адашкявичене Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду. – М.: Просвещение, 1992
 2. Б о р и с о в а М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014
 3. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Группа раннего возраста. – М.: «Издательство Скрипторий 2003»
 4. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Младшая группа. – М.: «Издательство Скрипторий 2003»
 5. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Средняя группа. – М.: «Издательство Скрипторий 2003»
 6. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Старшая группа. – М.: «Издательство Скрипторий 2003»
 7. Голицына Н.С. Перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в дошкольном учреждении. Подготовительная группа. – М.: «Издательство Скрипторий 2003»
 8. Кузнецова Л.В, М.А.Панфилова «Формирование нравственного здоровья дошкольников». Занятия, игры, упражнения. - М.: ТЦ СФЕРА.
 9. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры: Пособие для воспитателя дет.сада. – М.: Просвещение.
 10. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Младшая группа». – Москва, издательство «Москва-Синтез», 2014
 11. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Ранний возраст». – Москва, издательство «Москва-Синтез», 2014 г
 12. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Средняя группа». – Москва, издательство «Москва-Синтез», 2014 г
 13. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа ». – Москва, издательство «Москва-Синтез», 2014 г
 14. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа ». – Москва, издательство «Москва-Синтез», 2014 г
 15. П е н з у л а е в а Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015
- Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
16. Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно – ролевые занятия – Учитель, 2013.
 17. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. М.: Мозаика- синтез, 2016.

Наглядно-дидактические пособия

Серия «Рассказы по картинкам»: «Распорядок дня».

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».

Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»

