

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 6»

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
протокол № 1 от 10.08.2016 г.
изменения приняты
Педагогическим советом
протокол № 1 от 31.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующего Детским садом № 6
Л.А. Чулковой
от 10.08.2016 г. № 70
с изменениями, утвержденными приказом
от 31.08.2022 г. № 99/1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
основной образовательной программы – образовательной программы
дошкольного образования
на 2022 – 2023 учебный год

Составитель:
Тяканова Лидия Петровна,
инструктор по физической культуре

г. Каменск – Уральский
2022 г.

Содержание

I раздел. ЦЕЛЕВОЙ	
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.1.1 Цели и задачи реализации основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования.....	4
1.1.2 Принципы и подходы к формированию основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования.....	6
1.1.3 Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе, характеристики особенностей развития детей.....	8
1.2 Планируемые результаты освоения общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования.....	9
II раздел. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ	
2.1 Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»	14
2.2 Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие»	21
III раздел. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ	
3.1. Программно-методическое обеспечение.....	86
3.2. Распорядок и режим дня	87
3.2.1. Расписание непрерывной образовательной деятельности с детьми.....	88
3.3. Традиционные события, праздники, мероприятия (Комплексно-тематический план образовательного процесса).....	90
3.4. Организация развивающей предметно – пространственной среды.....	96

І РАЗДЕЛ. ЦЕЛЕВОЙ

1.1 Пояснительная записка

В муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 6» (далее – Детский сад № 6) реализуется основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования (далее – ОП ДО).

Срок реализации Рабочей программы по физической культуре по освоению детьми дошкольного возраста основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования на 2021 – 2022 учебный год (далее – Рабочая программа) 1 год.

Рабочая программа реализуется на русском языке. ОП ДО реализуется на русском языке.

Детский сад № 6 находится по адресу: 623428, Свердловская обл., г. Каменск-Уральский, пр. Победы, 85.

ОП ДО разработана на основе:

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального Государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Комментариев к ФГОС дошкольного образования, Министерство образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) Департамент общего образования 28 февраля 2014 год № 08-249.
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. № 1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".
- Постановления 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»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- Постановления 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»;
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 20 сентября 2013 г. № 1082 "Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии".

- Приказа Минтруда России от 18.10.2013 № 544 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)".
- Устава муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 6».
- Комплексная образовательная программа дошкольного образования «ДЕТСТВО» / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016. – 352 с.
- Приказа Министерства спорта РФ от 8 июля 2014 г. № 575 "Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)".
- Федерального закона от 25.12.2008 № 273-ФЗ (ред. от 28.12.2013) «О противодействии коррупции».
- Основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования Детского сада.

1.1.1 Цели и задачи реализации основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования

Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Цель: формирование социокультурной образовательной среды развития ребенка, открывающей возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности, в том числе достижение уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения им образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям раннего и дошкольного возраста.

Задачи:

- 1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- 3) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 4) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 5) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- 6) развитие познавательной активности, любознательности, стремления к самостоятельному познанию и размышлению, развитие умственных способностей и речи ребенка;
- 7) воспитание любви к малой Родине, родному краю осознание его многонациональности, многоаспектности. Формирование общей культуры личности с учетом этнокультурной составляющей образования;
- 8) формирование духовно-нравственного отношения и чувства сопричастности к родному дому, семье, детскому саду, городу, родному краю, культурному наследию своего народа;
- 9) формирование бережного отношения к родной природе, окружающему миру.

Цели и задачи реализации рабочей программы педагога по образовательной области «Физическое развитие».

Стандарт дошкольного образования направлен на решение задачи создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка, как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

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 так же 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.) (извлечение из ФГОС ДО).

Цель: гармоничное физическое развитие; формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; формирование основ здорового образа жизни.

Задачи в ФГОС ДО:

- 1) 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);
- 2) формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
- 3) становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- 4) становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

1.1.2. Принципы и подходы к формированию основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования

Принципы организации образовательного процесса:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Организации с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей;
- 10) принцип природосообразности предполагает учет индивидуальных физических и психических особенностей ребенка,

его самодеятельность (направленность на развитие творческой активности), задачи образования реализуются в определенных природных, климатических, географических условиях, оказывающих существенное влияние на организацию и результативность воспитания и обучения ребенка;

11) принцип культуросообразности предусматривает необходимость учета культурно-исторического опыта, традиций, социально-культурных отношений и практик, непосредственным образом встраиваемых в образовательный процесс;

12) принцип комплексно-тематического планирования.

Для успешной реализации ОП ДО обеспечиваются следующие **психолого-педагогические условия**:

1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;

6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

7) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

Принципы физического воспитания

- **Дидактические:** систематичность и последовательность; развивающее обучение; доступность; воспитывающее обучение; учет индивидуальных и возрастных особенностей; сознательность и активность ребенка; наглядность.

- **Специальные:** непрерывность; последовательность наращивания тренирующих воздействий; цикличность.

- **Гигиенические:** сбалансированность нагрузок; рациональность чередования деятельности и отдыха; возрастная адекватность; оздоровительная направленность всего образовательного процесса; осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания.

1.1.3 Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе, характеристики особенностей развития детей

Для успешной реализации рабочей программы педагога в образовательной области «Физическое развитие», учитываются возрастные характеристики детей дошкольного возраста данные авторами комплексной программы «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. – 321 с.».

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Младшая группа.

У детей развита крупная моторика, они стремятся осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.). Дети знают назначение бытовых предметов (ложки, расчески, полотенца и пр.) и умеют пользоваться ими. У детей сформированы элементарные культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Дети стремятся проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении.

Средняя группа.

Дети с желанием двигаются, при выполнении упражнений демонстрируют достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагируют на сигналы, переключаются с одного движения на другое. Дети уверенно выполняют задания, действуют, в общем для всех, темпе; легко находят свое место при совместных построениях и в играх.

У детей сформированы культурно-гигиенические навыки. Дети имеют первичные представления о некоторых видах спорта, о здоровом образе жизни.

Старшая группа.

В двигательной деятельности дети успешно проявляют быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость, ориентируются в пространстве, умеют двигаться в нужном направлении, стараются выразительно и точно выполнять физические упражнения.

У детей сформированы культурно-гигиенические навыки, начальные представления о здоровом образе жизни.

Подготовительная группа.

Дети освоили много основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений. В двигательной деятельности проявляют выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. В поведении детей выражена потребность в двигательной деятельности. Дети проявляют стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям.

Дети имеют представления о некоторых видах спорта, о правилах сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни и безопасного поведения. Дети готовы оказать элементарную помощь самому себе и другому.

1.2 Планируемые результаты

Четвертый год жизни. Вторая младшая группа

1. Может спокойно, не мешая другому ребенку играть рядом, объединяться в игре с общей игрушкой, участвовать в несложной совместной практической деятельности. Проявляет стремление к положительным поступкам, но взаимоотношения зависят от ситуации и пока еще требуют постоянного внимания воспитателя. Активно участвует в разнообразных видах деятельности: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств, качеств предметов и их использованию, в речевом общении. Принимает цель, в играх по показу и побуждению взрослых ребенок доводит начатую работу до определенного результата. Понимает, что вещи, предметы сделаны людьми и требуют бережного обращения с ними.

2. Проявляет эмоциональную отзывчивость, подражая примеру взрослых, старается утешить обиженного, угостить, обрадовать, помочь. Начинает в мимике и жестах различать эмоциональные состояния людей, веселую и грустную музыку, веселое и грустное настроение сверстников, взрослых.

3. Охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной игры, выполнения режимных моментов. Проявляет интерес к сверстникам, к взаимодействию в игре, в повседневном общении и бытовой деятельности.

4. Владеет игровыми действиями с игрушками и предметами заместителями, разворачивает игровой сюжет из нескольких эпизодов, приобрел первичные умения ролевого поведения. Способен предложить собственный замысел и воплотить его в игре.

5. Значительно увеличился запас слов, совершенствуется грамматический строй речи, пользуется не только простыми, но и сложными предложениями.

6. Сформирована соответствующая возрасту координация движений. Проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

7. Проявляет стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, использованию сенсорных эталонов (круг, квадрат, треугольник). В совместной с педагогом познавательной деятельности переживает чувство удивления, радости познания мира.

8. Знает свое имя, фамилию, пол, возраст. Осознает свои отдельные умения и действия, которые самостоятельно освоены. Способен не только объединять предметы по внешнему сходству (форма, цвет, величина), но и усваивать общепринятые представления о группах предметов (одежда, посуда, игрушки).

9. Освоил некоторые нормы и правила поведения, связанные с определенными разрешениями и запретами («можно», «нужно», «нельзя»), может увидеть несоответствие поведения другого ребенка нормам и правилам поведения. Ребенок испытывает удовлетворение от одобрения правильных действий взрослыми. Внимательно вслушивается в речь и указания взрослого, принимает образец. Следуя вопросам взрослого, рассматривает предметы, игрушки, иллюстрации, слушает комментарии и пояснения взрослого.

Пятый год жизни. Средняя группа.

1. Может применять усвоенные знания и способы деятельности для решения несложных задач, поставленных взрослым. Доброжелателен в общении со сверстниками в совместных делах; проявляет интерес к разным видам деятельности, активно участвует в них. Сформированы специальные умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

2. Проявляет стремление к общению со сверстниками, нуждается в содержательных контактах со сверстниками по поводу совместных игр, общих дел, налаживаются первые дружеские связи между детьми. По предложению воспитателя может договориться со сверстником. Стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников. Ребенок охотно сотрудничает со взрослыми не только в практических делах, но активно стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера. Начинает проявлять уважение к старшим, называет по имени и отчеству.

3. В играх наблюдается разнообразие сюжетов. Называет роль до начала игры, обозначает свою новую роль по ходу игры. Проявляет самостоятельность в выборе и использовании предметов заместителей, с интересом включается в ролевой диалог со сверстниками. Выдвигает игровые замыслы, инициативен в развитии игрового сюжета. Вступает в ролевой диалог. Проявляет творчество в создании игровой обстановки, в театрализации. В играх с правилами принимает игровую задачу, проявляет интерес к результату, выигрышу.

4. Речевые контакты становятся более длительными и активными. Для привлечения и сохранения внимания сверстника использует средства интонационной речевой выразительности (силу голоса, интонацию, ритм и темп речи). Использует в речи слова участия, эмоционального сочувствия, сострадания для поддержания сотрудничества, установления отношений со сверстниками и взрослыми. С помощью образных средств языка передает эмоциональные состояния людей и животных.

5. Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Испытывает острую потребность в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.

6. Выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни: рассказывает о последовательности и необходимости выполнения культурногигиенических навыков. Самостоятелен в самообслуживании, сам ставит цель, видит необходимость выполнения определенных действий. В привычной обстановке самостоятельно выполняет знакомые правила общения со взрослыми, здоровается и прощается, говорит «спасибо» и «пожалуйста». По напоминанию взрослого старается придерживаться основных правил поведения в быту и на улице.

7. Отличается высокой активностью и любознательностью. Задает много вопросов поискового характера: «Почему?», «Зачем?», «Для чего?».

8. Имеет представления: о себе: знает свое имя полное и краткое, фамилию, возраст, пол. Осознает некоторые свои умения (умею рисовать и пр.), знания (знаю, о чем эта сказка), то, чему научился (строить дом). Стремится узнать от взрослого некоторые сведения о своем организме (для чего нужны руки, ноги, глаза, ресницы и пр.); о семье: знает состав своей семьи, рассказывает о деятельности членов своей семьи, о произошедших семейных событиях, праздниках, о любимых игрушках, домашних животных; об обществе (ближайшем социуме), его культурных ценностях: беседует с воспитателем о профессиях работников детского сада: помощника воспитателя, повара, медицинской сестры, воспитателя, прачки; о государстве: знает название страны и города, в котором живет, хорошо ориентируется в ближайшем окружении.

9. Владеет разными способами деятельности, проявляет самостоятельность, стремится к самовыражению. Поведение определяется требованиями со стороны взрослых и первичными ценностными представлениями о том «что такое хорошо и что такое плохо» (например, нельзя драться, нехорошо ябедничать, нужно делиться, нужно уважать взрослых и пр.). С помощью взрослого может наметить действия, направленные на достижение конкретной цели. Умеет работать по образцу, слушать взрослого и выполнять его задания, отвечать, когда спрашивают.

Шестой год жизни. Старшая группа.

1. Проявляет самостоятельность в разнообразных видах деятельности, стремится к проявлению творческой инициативы. Может самостоятельно поставить цель, обдумать путь к её достижению, осуществить замысел и оценить полученный результат с позиции цели.

2. Понимает эмоциональные состояния взрослых и других детей, выраженные в мимике, пантомимике, действиях, интонации речи, проявляет готовность помочь, сочувствие. Высказывает свое мнение о причинах того или иного

эмоционального состояния людей, понимает некоторые образные средства, которые используются для передачи настроения в изобразительном искусстве, музыке, в художественной литературе.

3. Дети могут самостоятельно или с небольшой помощью воспитателя объединяться для совместной деятельности, определять общий замысел, распределять роли, согласовывать действия, оценивать полученный результат и характер взаимоотношений. Стремится регулировать свою активность: соблюдать очередность, учитывать права других людей.

4. Может предварительно обозначить тему игры; заинтересован совместной игрой. Согласовывает в игровой деятельности свои интересы и интересы партнеров, умеют объяснить замыслы, адресовать обращение партнеру. Проявляет интерес к игровому экспериментированию, к развивающим и познавательным играм; в играх с готовым содержанием и правилами действуют в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

5. Имеет богатый словарный запас. Речь чистая, грамматически правильная, выразительная. Значительно увеличивается запас слов, совершенствуется грамматический строй речи, появляются элементарные виды суждений об окружающем. Пользуется не только простыми, но и сложными предложениями.

6. Проявляет интерес к физическим упражнениям. Правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения.

7. Самостоятельно выполняет основные культурногигиенические процессы (культура еды, умывание, одевание). Самостоятельно замечает, когда нужно вымыть руки или причесаться. Освоил отдельные правила безопасного поведения, способен рассказать взрослому о своем самочувствии и о некоторых опасных ситуациях, которых нужно избегать. Проявляет уважение к взрослым. Внимателен к поручениям взрослых, проявляет самостоятельность и настойчивость в их выполнении, вступает в сотрудничество.

8. Знает свое имя, отчество, фамилию, пол, дату рождения, адрес, номер телефона, членов семьи, профессии родителей. Располагает некоторыми сведениями об организме, назначении отдельных органов, условиях их нормального функционирования. Охотно рассказывает о себе, событиях своей жизни, мечтах, достижениях, увлечениях. Имеет положительную самооценку, стремится к успешной деятельности. Знает название своей страны, ее государственные символы, испытывает чувство гордости своей страной.

9. Стремится к мирному разрешению конфликтов. Может испытывать потребность в поддержке и направлении взрослого в выполнении правил поведения в новых условиях. Слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям, самостоятельно планирует и называет два-три последовательных действия, способен удерживать в памяти правило, высказанное взрослым и действовать по нему без напоминания, способен аргументировать свои суждения, стремится к результативному выполнению работы в соответствии с темой, к позитивной оценке результата взрослым.

Седьмой год жизни. Подготовительная к школе группа.

1. Ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности и др.; способен выбирать себе участников по совместной деятельности.

2. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.

3. Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

4. Ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и, прежде всего, в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам.

5. Ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребёнка складываются предпосылки грамотности.

6. У ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

7. Ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

8. Ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями.

9. Ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

II раздел. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ

2.1 Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие».

Дошкольный возраст (от 3 до 7 лет)

Цель: гармоничное физическое развитие; формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; формирование основ здорового образа жизни.

Задачи в ФГОС ДО:

- 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.).

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

Обязательная часть	<ul style="list-style-type: none">- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.- Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости;- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя;- Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками
---------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.
<i>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр. - Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам. - Поддержать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях. - Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.

Пятый год жизни. Средняя группа

<i>Обязательная часть</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки. - Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость. - Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни - Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).
<i>Часть, формируемая участниками</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.

образовательных отношений	<ul style="list-style-type: none"> - Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам. - Поддержать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях. - Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.
----------------------------------	---

Шестой год жизни. Старшая группа

Обязательная часть	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений); - Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей - Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; - Развивать творчества в двигательной деятельности; - Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; - Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу. - Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. - Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения, - Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
---------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала. - Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов. - Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях. - Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условиях.

Седьмой год жизни. Подготовительная группа

Обязательная часть	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности; - Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях; - Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; - Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; - Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость-координацию движений; - Формировать осознанную потребность в двигательной активности, систематических занятиях физической культурой и спортом и физическом самосовершенствовании; - Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к
---------------------------	---

	<p>физической культуре и спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей; - Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала. - Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов. - Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях. - Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условиях.

Направления физического развития	<p>Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> • связанной с выполнением упражнений, • направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость, • способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики, • связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).
	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.).

Принципы физического развития

Дидактические	Специальные	Гигиенические
<ul style="list-style-type: none">• систематичность и последовательность,• развивающее обучение,• доступность,• воспитывающее обучение,• учет индивидуальных и возрастных особенностей,• сознательность и активность ребенка,• наглядность.	<ul style="list-style-type: none">• непрерывность, наращивания тренирующих воздействий,• последовательность• цикличность.	<ul style="list-style-type: none">• сбалансированность нагрузок,• рациональность чередования деятельности и отдыха• возрастная адекватность,• оздоровительная направленность всего образовательного процесса,• осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания.

Методы физического развития

Наглядный

- **Наглядно-зрительные приемы** (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры)
- **Наглядно-слуховые приемы** (музыка, песни)
- **Тактильно-мышечные приемы** (непосредственная помощь воспитателя)

Словесный

- Объяснения, пояснения, указания
- Подача команд, распоряжений, сигналов
- Вопросы к детям
- Образный сюжетный рассказ, беседа
- Словесная инструкция

Практический

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме

Средства физического развития

Двигательная активность, занятия физкультурой

Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода)

Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)

Формы физического развития

Физкультурные занятия

Занятия по плаванию

Закаливающие процедуры

Утренняя гимнастика

Подвижные игры

Корректирующая гимнастика

Физкультминутки

Гимнастика пробуждения

ЛФК

Физкультурные упражнения на прогулке

Спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования

Ритмика

Кружки, секции

Музыкальные занятия

Самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей

2.2 Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

Сентябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; может ползать на четвереньках; энергично отталкивается в прыжках на 2-х ногах; может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях; умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p>					
Вводная часть	Ходьба и бег небольшими группами за инструктором; ходьба и бег всей группой в прямом направлении за инструктором. Ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С флажками	С кубиками	
Основные виды движений	<p>1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором.</p> <p>2. Учить ходить между 2-мя линиями, сохраняя равновесие.</p>	<p>1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором.</p> <p>2. Подпрыгивать на 2-х ногах на месте.</p>	<p>1. Ходьба по скамейке приставным шагом.</p> <p>2. Учить энергично отталкивать мяч 2-мя руками.</p>	<p>1. Подлезание под шнур.</p> <p>2. Катание мяча друг другу.</p>	
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Поймай комара»	«Найди свой домик»	

<p>Малоподвижные игры</p>	<p>«Мышки» Спокойная ходьба</p>	<p>«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному</p>	<p>«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному</p>	<p>Упражнение на дыхание «Потушим свечи»</p>	<p>ползать; развивать умение реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой», создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД. <u>Социально-коммуникативное развитие:</u> способствовать участию детей в совместных играх; поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <u>Познавательное развитие:</u> формировать навык ориентировки в пространстве</p>
----------------------------------	-------------------------------------	---	---	--	--

Октябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление; темп бега в соответствии с указаниями воспитателя; может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками; проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.</p>					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий; бег в рассыпную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				<p><u>Физическая культура:</u> развивать умение ходить и бегать свободно, в колонне по одному, в разных направлениях, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, сохранять правильную осанку стоя, в движении, развивать навыки лазанья, ползания, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться, закреплять умение</p>
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С флажками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием. 2. Ползание на четвереньках между предметами. 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте.	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади. 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота.	
Подвижные игры	«Поезд»	«Солнышко и дождик»	«У медведя во бору»	«Воробушки и кот»	
Малоподвижные игры	Звуковое упражнение	Пальчиковая гимнастика	Упражнение на дыхание	Самомассаж «Ладони»	

	«Кто как кричит?»	«Молоток»	«Потушим свечи»		<p>энергично отталкивать мячи при катании.</p> <p><u>Здоровье:</u> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.</p> <p><u>Социализация:</u> развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика.</p> <p><u>Безопасность:</u> учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держаться за перила.</p>
--	-------------------	-----------	-----------------	--	--

Ноябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках; энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах; имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания; умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег враспынную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				<p><u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.</p>
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С платочками	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по уменьшенной площади.</p> <p>2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд.</p> <p>3. Ползание на четвереньках.</p>	<p>1. Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Прокатывание мяча через ворота</p> <p>3. Ходьба по бревну приставным шагом</p>	<p>1. Ловить мяч, брошенный инструктором, бросать его назад.</p> <p>2. Ползать на четвереньках.</p> <p>3. Прыжки вокруг предметов.</p>	<p>1. Подлезать под дугу на четвереньках.</p> <p>2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики.</p> <p>3. Метание мяча в горизонтальную цель.</p>	
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»	
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	Пальчиковая гимнастика «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»	<u>Здоровье:</u>

					<p>продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.</p> <p><u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.</p> <p><u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p>
--	--	--	--	--	---

Декабрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>					
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				
ОРУ	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками	
Основные виды движений	1. Ходьба по доске, положенной на пол. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Прокатывание мяча друг другу.	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль. Подлезать под шнур. 2. Ходьба с перешагиванием через три набивных мяча.	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой.	1. Ползание под дугой на четвереньках. 2. Прыжки через набивные мячи. 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота.	
Подвижные игры	«Наседка и цыплята»	«Поезд»	«Птички и птенчики	«Мыши и кот»	
Малоподвижные игры	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

Физическая культура: упражнять в ходьбе и беге по кругу, врассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.
Здоровье: дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы

					<p>организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><u>Социализация:</u> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь.</p> <p><u>Безопасность:</u> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.</p>
--	--	--	--	--	--

Январь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физическими упражнениями, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p>					

Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий.				<p><u>Физическая культура:</u> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><u>Здоровье:</u> дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и организма, приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.</p> <p><u>Социализация:</u> постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений, поощрять попытки пожалеть</p>
ОРУ	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по наклонной доске(20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см). 3. Метание малого мяча в цель.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 3. Прыжки в длину с места.	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянке. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Прокатывать мяч друг другу.	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола. 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке.	
Подвижные игры	«Кролики»	«Трамвай»	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

					сверстника, обнять его, помочь. <u>Безопасность:</u> продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду.
--	--	--	--	--	--

Февраль

Содержание организационной образовательной деятельности					
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой.					Интеграция образовательных областей
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				<u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в
ОРУ	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой доске. 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке. 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Подлезание под дугу, не	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание	

		полусогнутые ноги. 3. Ползание между предметами.	касаясь руками пола.	под шнур, не касаясь руками пола.	прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.
Подвижные игры	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнездышках»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Задует свечи»	<u>Здоровье:</u> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <u>Коммуникация:</u> детям посредством речи

					взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.
--	--	--	--	--	--

Март

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.</p>					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				<p><u>Физическая культура:</u> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять</p>
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С обручем	С флажками	
Основные виды движений	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком. 3. Ползание в туннеле Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом. 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч. 4. Прыжки с продвижением	1. Ходьба по ограниченной поверхности. 2. Перебрасывание мяча через шнур. 3. Лазание по гимнастической стенке.	1. Ходьба по канату приставным шагом. 2. Метание в горизонтальную цель. 3. Пролезание в обруч.	

		вперед.			умение ползать, ловить мяч, брошенный воспитателем.
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай, кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	<u>Здоровье:</u> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма. <u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами. <u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты

					друг с другом.
--	--	--	--	--	----------------

Апрель

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству.</p>					
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя.				<u>Физическая культура:</u>
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками	продолжать развивать разнообразные виды движений,
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке. 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат, приземление на полусогнутые ноги. 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по лестнице положенной на пол. 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч. 4. Прыжки с продвижением вперед.	совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч, брошенный

			4. Перебрасывание мяча друг другу.		воспитателем. <u>Здоровье:</u> продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма.
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»	<u>Социализация:</u> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, поощрять игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами.
Малоподвижные игры	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	<u>Коммуникация:</u> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.

Май

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим.</p>					
Вводная часть	<p>Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед.</p>				<p><u>Физическая культура:</u> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную, с перешагиванием через предметы; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать</p>
ОРУ	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>3. Метание малого мяча.</p> <p>4. Ходьба по лесенке, положенной на пол.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу от груди.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с продвижением</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (боком), руки на поясе.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>3. Прокатывание мяча в ворота.</p>	<p>1. Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске.</p> <p>3. Ползание в туннеле.</p> <p>4. Метание мешочков вдаль.</p>	

		вперед.			самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх-активность. <u>Здоровье:</u> воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей, формировать желание вести здоровый образ жизни. <u>Социализация:</u> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.
Подвижные игры	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	
Малоподвижные игры	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай, кто позвал»	Релаксация «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

СРЕДНЯЯ ГРУППА

Сентябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз»; умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице.</p>					
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей; перестроение в три звена				<u>Социально-коммуникативное развитие:</u>
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	формировать
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см). 4. Прыжки на 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно двумя колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение 	гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр. Формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. Учить самостоятельно переодеваться на

	двух ногах с продвижением вперед до флажка.		кеглями.	с прыжками на месте на двух ногах.	физкультурные занятия, убирать свою одежду. <u>Познавательное развитие:</u>
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик»	«Самолеты»	<u>развитие:</u> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.
Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Пойдём в гости»	

Октябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p style="text-align: center;">Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения.</p>					
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках.				<u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов утренней гимнастики. Обсуждать пользу
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на двух ногах до	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя	1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по доске (ширина –	1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке.	

	предмета. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше.	на коленях. 3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой.	15см) с перешагиванием через кубики. 4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии.	3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики. 4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально).	утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей. <u>Познавательное развитие:</u> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. <u>Художественно-эстетическое развитие:</u>
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Перебрось-поймай»	«Мы – веселые ребята», «Карусель»	<u>эстетическое развитие:</u>
Малоподвижные игры	«Мыши за котом».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Автомобили поехали в гараж»	разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры.

Ноябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия; владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «Вперед», «Назад», «Кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями во время игры.					
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с				<u>Здоровье:</u> рассказывать о

	остановкой на сигнал.				пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки на двух ногах через шнуры.</p> <p>2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м).</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м).</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</p> <p>2. Прыжки через бруски (взмах рук).</p> <p>3. Ходьба по шнуру (по кругу).</p> <p>4. Прыжки через бруски.</p> <p>5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Игра «Переправься через болото».</p> <p>4. Подвижная игра «Ножки».</p> <p>5. Игровое задание «Сбей кеглю»</p>	
Подвижные игры	«Быстрее к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок»	
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«На параде»	«Найдем цыпленка»	«Альпинисты»	

Декабрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе выполнения дыхательных упражнений, гигиенических процедур и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>					<p><u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению гигиенических процедур.</p> <p><u>Коммуникация:</u> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.</p> <p><u>Безопасность:</u> учить технике безопасного выполнения прыжков со</p>
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки со скамейки (20см).</p> <p>2. Прокатывание мячей между набивными мячами.</p> <p>3. Прыжки со скамейки (25см).</p> <p>4. Прокатывание мячей между предметами.</p> <p>5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см).</p>	<p>1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.</p> <p>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей.</p>	<p>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз).</p> <p>2. Ходьба по скамейке, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом).</p> <p>2. Перепрыгивание через кубики на двух ногах.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах (снизу двумя руками).</p> <p>4. Спрыгивание с гимнастической скамейки.</p>	

			4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.		скамейки. Социализация: формировать
Подвижные игры	«Трамвай», «Карусели»	«Поезд»	«Птичка в гнезде»	«Котята и щенята»	навык ролевого поведения при
Малоподвижные игры	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений	«Тише, мыши». Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	«Летает-не летает»»	проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.

Январь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.</p>					
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпанную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий.				<p>Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p>
ОРУ	С мячом	С кубиками	Без предметов	С мячом	
Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя	1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине	

	<p>руками.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно.</p> <p>3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу).</p>	<p>по подгруппам.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза).</p>	<p>пола.</p> <p>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, прыгнуть.</p> <p>4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета».</p>	<p>сделать поворот кругом и пройти дальше, прыгнуть.</p> <p>2. Перешагивание через кубики.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола).</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу).</p>	<p><u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела.</p> <p><u>Социализация:</u> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><u>Познание:</u> формировать умение двигаться в заданном направлении.</p> <p><u>Музыка:</u> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолеты»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Путешествие по реке». Ходьба по «змейкой» по верёвке, по косичке	«Где спрятано?», «Кто назвал?»	

Февраль

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры.</p>					
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звенья.				
ОРУ	С гимнастической палкой	С мячом	Без предмета	С гантелями	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.).</p> <p>4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием).</p>	<p>1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в</p>	<p>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках.</p> <p>2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см).</p> <p>4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м).</p>	<p>1. Ходьба и бег по наклонной доске.</p> <p>2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек».</p> <p>3. Игровое задание «Пробеги по мостику».</p> <p>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p>	<p>Здоровье: учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании.</p> <p>Труд: учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр.</p> <p>Социализация: формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.</p> <p>Познание: учить определять положение предметов в пространстве по</p>

		шахматном порядке.			отношению к себе: впереди-сзади, вверху-внизу.
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в огороде»	
Малоподвижные игры	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и промолчи»	

Март

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы».</p>					
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, в рассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три.				Здоровье: формировать навык оказания первой помощи при травме.
ОРУ	С малым мячом	С гантелями	С флажками	Без предмета	Безопасность: учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске. Коммуникация:
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за	1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе,	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 2. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию. 3. Лазание по	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Перешагивание через набивные мячи. 3. Ходьба по гимнастической	

	головой (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь).	подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине.	гимнастической стенке. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе. 5. Прыжки на двух ногах через шнуры.	скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 4. Прыжки на двух ногах через кубики.	поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. <u>Познание:</u> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять кругозор.
Подвижные игры	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»	
Малоподвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»	

Апрель

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз.</p>					
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в				<p><u>Здоровье:</u> рассказывать о</p>

пары; врасыпную между предметами, не задевая их.					пользе дыхательных упражнений. <u>Безопасность:</u> учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель. <u>Музыка:</u> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.
ОРУ	Без предметов	С гимнастической палкой	С мячом	С гантелями	
Основные виды движений	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз.	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти.	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками.	
Подвижные игры	«Совушка»	«Воробушки и автомобиль»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные игры	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Угадай по голосу»	«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения	

Май

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде.</p>					
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка».				
ОРУ	Без предмета	С кубиками	С мячом	Без предмета	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте.</p> <p>2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м).</p> <p>3. Метание правой и левой рукой на дальность.</p>	<p>1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков.</p> <p>3. Прыжки через скакалку.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах между предметами.</p> <p>3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах через шнуры.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>3. Игровое задание «Один – двое».</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу, ловля после отскока.</p>	
Подвижные игры	«Совушка»	«Удочка»	«Пробеги тихо»	«Котята и щенята»	
Малоподвижные	Ходьба в колонне по	«Узнай по	«Журавли летят».	Ходьба в колонне по	

Здоровье: учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы.

Безопасность: учить соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами.

Социализация: формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды.

Коммуникация: формировать

игры	одному	голосу»		одному	умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры.
------	--------	---------	--	--------	---

СТАРШАЯ ГРУППА

Сентябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег ползание, прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики.</p>					<p><u>Здоровье:</u> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр.</p> <p><u>Социализация:</u></p>
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин; перестроение в три звена.				
ОРУ	Без предмета	С флажками	С мячом	С гимнастической палкой	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.</p>	<p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка.</p>	<p>1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо.</p> <p>2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове.</p> <p>3. Ходьба с</p>	<p>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по скамейке</p>	

	<p>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</p> <p>4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой.</p>	<p>3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове.</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p>	<p>мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен.</p> <p>5. Ходьба «Пингвин».</p>	<p>(высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.</p> <p>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах.</p>	<p>Побуждать детей к самооценке и оценке действий.</p> <p><u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p><u>Коммуникация:</u> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p><u>Познание:</u> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.</p>
Подвижные игры	«Мышонок»	«Удочка»	«Мы – веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»	
Малоподвижные игры	«У кого мяч»	«Гуси идут домой». Спокойная ходьба в колонне по одному	Ходьба с выполнением заданий. Дыхательные упражнения	Ходьба в колонне по одному	

Октябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>					
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по два, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешней стороне стопы.				
ОРУ	Без предмета	С малым мячом	С большим мячом	С султанчиками	
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Переползание через препятствие. 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. 4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком. 3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. 4. Ходьба по скамейке, на 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. 3. Перелезание с преодолением препятствия. 4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка. 2. Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед. 3. Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки. 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису. 	<p><u>Здоровье:</u> проводить беседы о вредных и полезных продуктах, расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).</p> <p><u>Коммуникация</u> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, зависимость от правильного питания.</p>

		середине приседание, встать и пройти дальше.			<p><u>Познание:</u> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве.</p> <p><u>Музыка:</u> вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.</p>
Подвижные игры					
Малоподвижные игры					

Ноябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через обруч, прыжки на двух ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие).</p>					
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал.				<p><u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе закаливания.</p> <p><u>Социализация:</u> по</p>
ОРУ	Без предмета	С обручем	С кубиками	Парами с палкой	
Основные виды	1. Ползание по	1. Подпрыгива	1. Подлезание	1. Ходьба по	

движений	гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками. 2. Ведение мяча с продвижением вперед. 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. 4. Бег по наклонной доске.	ние на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове. 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.	под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе. 3. Прыжки в длину с места, прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.	гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками. 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка, прокатывая мяч впереди себя. 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом.	буждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр. <u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега в рассыпную.
Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»	<u>Познание:</u> ориентироваться в
Малоподвижные игры	«Угадай по голосу»	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки» (музыкальная игра)	окружающем пространстве, понимать смысл пространственных

					отношений (влево-вправо, вверх-вниз). Труд: следить за опрятностью своей физической формы и прически.
--	--	--	--	--	---

Декабрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе дыхательных упражнений и гигиенических процедур, самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.</p>					<p>Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению гигиенических процедур.</p> <p>Социализация: формировать навык ролевого поведения при</p>
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад, дыхательные упражнения.				
ОРУ	Без предмета	С мячом	С гантелями	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат. 2. Перешагивание через бруски, справа и слева от него. 3. Прокатывание мячей между предметами.	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). 2. Метание в горизонтальную цель.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатом мяча по талии. 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание в горизонтальную цель. 4. Ползание на	

	4. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см).	животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей. 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам, одна нога в середине).	3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка).	проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками <u>Коммуникация:</u> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. <u>Безопасность:</u> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. <u>Труд:</u> Следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование.
Подвижные игры	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	Эстафеты	
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	Ходьба в колонне по одному	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	

Январь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.</p>					<p>Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела.</p> <p>Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p>Познание: формировать умение двигаться в заданном направлении.</p> <p>Музыка: учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег.				
ОРУ	С мячом	С гимнастической палкой	С кубиками	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске (40см).</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками.</p> <p>3. Попади в обруч (правой и левой рукой).</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису.</p> <p>3. Прыжки в длину с места.</p> <p>4. Метание в цель.</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше,</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, прыгнуть.</p> <p>2. Прыжки в длину с места.</p> <p>3. Метание мяча в вертикальную цель.</p> <p>4. Пролезание в обруч правым и</p>	

	одной руки в другую.		спрыгнуть. 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета». 4. Метание вдаль.	левым боком.	
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Вышибалы»	«Мы – веселые ребята»	
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Найди и промолчи»	

Февраль

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>					
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалкой	С гимнастической палкой парами	С султанчиками	
Основные виды	1. Ходьба по	1. Ходьба по	1. Ходьба по	1. Ходьба по	

движений	скамейке, раскладывая и собирая мелкие кубики. 2. Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями. 4. Ползание попластунски до обозначенного места.	гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м).	наклонной доске, спуск по лесенке. 2. Прыжки через бруски правым боком. 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней.	гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку. 4. Лазание по гимнастической стенке.	поведения сверстников во время игр. <u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами. <u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении по сигналу.
Подвижные игры	«Пустое место»	«Охотники и зайцы»	«Лиса в курятнике»	«Кто быстрее». Эстафета с мячом	<u>Труд:</u> учить правильно
Малоподвижные игры	«Зима»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найди и промолчи»	«Стоп»	подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.

Март

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>					<p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания.</p> <p>Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p>Безопасность: формировать</p>
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по два, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 минуты с перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предмета	Со скакалкой	С малым мячом	Без предмета	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.</p> <p>2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола (расстояние 1,5м).</p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>4. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой.</p> <p>2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой.</p> <p>3. Пролезание в обручи.</p> <p>4. Прыжок в высоту с разбега.</p>	<p>1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой.</p> <p>2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола.</p> <p>3. Ползание по скамейке по-медвежьему.</p> <p>4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.</p> <p>5. Подлезание под дугу.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом.</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель.</p> <p>3. Прыжки со скамейки на мат.</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом.</p>	

Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»	навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами. <u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении.
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется раз»	«Подойдите не слышно»	«Затейники»	

Апрель

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.					<u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе закаливания.
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево.				
ОРУ	Без предмета	С обручем	С кубиками	С султанчиками	<u>Социализация:</u>
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом и передачей мяча	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой.	1. Ходьба по скамейке спиной вперед. 2. Прыжки через скакалку. 3. Метание	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание	создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные

	<p>перед собой на каждый шаг. Прыжки из обруча в обруч. 2. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 3. Вис на гимнастической стенке.</p>	<p>2. Пролезание в обруч боком. 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями. 4. Прыжки в высоту.</p>	<p>вдаль набивного мяча. 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу.</p>	<p>мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Прыжки через длинную скакалку.</p>	<p>качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). <u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами. <u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении по сигналу.</p>
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишки с ленточками»	
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	«Сделай фигуру»	

Май

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>					<p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания.</p> <p>Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p>Безопасность: формировать</p>
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед.				
ОРУ	Без предметов	Со скакалкой	С гимнастическими палками	С обручем	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>3. Метание набивного мяча.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>3. Прыжки через бруски.</p> <p>4. Отбивание мяча между предметами,</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе.</p> <p>3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед.</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке.</p>	

		продвижением вперед.	поставленными в одну линию.		навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу.
Подвижные игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют»	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	Релаксация «В лесу»	«Тише едешь – дальше будешь»	

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА
Сентябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу двумя руками снизу, из-за головы.					Интеграция образовательных областей
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.				Здоровье: формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физических упражнений и игр.
ОРУ	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С гимнастическими палками	С обручем	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической	1. Прыжки с поворотом «кругом»,	1. Лазание по гимнастической	1. Ползание по гимнастической	

	<p>скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).</p> <p>2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи).</p> <p>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы).</p> <p>Ползание на животе по гимнастической скамейке.</p>	<p>доставанием до предмета.</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель.</p> <p>3. Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатытием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове.</p>	<p>стенке с изменением темпа.</p> <p>2. Перебрасывание мяча через сетку.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки.</p> <p>4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.</p>	<p>скамейке на животе с подтягиванием руками.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске и спуск по гимнастической стенке.</p> <p>3. Прыжки с места вдаль.</p> <p>4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую.</p>	<p><u>Социализация:</u> переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам.</p> <p><u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p><u>Коммуникация:</u> поощрять речевую активность детей в процессе</p>
Подвижные игры	«Совушка»	«Мы – веселые ребята»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением заданий. Дыхательные упражнения	«Подойди не слышно»	

					<p>двигательной активности, обсуждать пользу соблюдения режима дня.</p> <p><u>Познание:</u> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.</p>
--	--	--	--	--	---

Октябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>					
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по два, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 минуту с перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				<p><u>Здоровье:</u> расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух).</p> <p><u>Социализация:</u> создать педагогическую</p>
ОРУ	С малым мячом	Без предмета	С гимнастической палкой	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая	1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).	1. Ходьба по узкой скамейке. 2. Прыжки через	

	<p>полусогнутые ноги.</p> <p>2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней.</p> <p>3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком.</p>	<p>через кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между ног.</p> <p>3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.</p> <p>4. Лазание по гимн стенке.</p>	<p>2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком.</p> <p>3. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>4. Ходьба по скамейке, на середине поворот, перешагивание через мяч.</p>	<p>веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу на ходу.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису.</p>	<p>ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).</p> <p><u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, зависимость здоровья от правильного питания.</p> <p><u>Труд:</u> учить следить за чистотой спортивного инвентаря.</p> <p><u>Познание:</u> развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием</p>
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	«Гуси-гуси»	«Мы – веселые ребята»	
Малоподвижные игры	«Съедобное - не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает – не летает»	

					через кубики, мячи. Музыка: продолжать вводить элементы ритмической гимнастики; проводить игры и упражнения под музыку.
--	--	--	--	--	---

Ноябрь

Содержание организационной образовательной деятельности					
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через обруч, прыжки на двух ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики.</p>					<p>Интеграция образовательных областей</p>
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег в рассыпную, с остановкой на сигнал.				<p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания.</p> <p>Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр.</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу</p>
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предмета	Парами с гимнастической палкой	
Основные виды движений	1. Прыжки через скамейку. 2. Ведение мяча с продвижением вперед.	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета». 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола. 2. Ходьба с мешочком на	1. Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками.	

	<p>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч.</p> <p>4. Бег по наклонной доске.</p>	<p>после хлопка с кружением вокруг себя.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях.</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове.</p>	<p>голове по гимнастической скамейке, руки на поясе.</p> <p>3. Прыжки с места на мат.</p> <p>4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо.</p>	<p>2. Спрыгивание со скамейки на мат.</p> <p>3. Ползание до флажка, прокатывая мяч впереди себя.</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом.</p>	<p>закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время ползания по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега в рассыпную.</p> <p><u>Познание:</u> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз).</p> <p><u>Труд:</u> следить за опрятностью своей физической формы и прически.</p>
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто быстрее до флажка докатит обруч»	Эстафета парами	
Малоподвижные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная игра)	

Декабрь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знакомство с техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.</p>					<p>Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.</p> <p>Социализация: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.</p> <p>Коммуникация: обсуждать с детьми</p>
Вводная часть	<p>Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево; ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени.</p>				
ОРУ	Без предмета	С обручами	С мячом	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки из глубокого приседа.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием.</p> <p>3. Метание набивного мяча вдаль.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед.</p>	<p>1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей.</p> <p>4. Лазание по</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз).</p> <p>2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками,</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол.</p> <p>2. Прыжки с разбега на мат.</p> <p>3. Метание в цель.</p> <p>4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине.</p>	

		гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам - одна нога в середине).	встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.		виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. <u>Безопасность:</u> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки.
Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	«Пожарные на учениях»	«Два мороза»	
Малоподвижные игры	«Фигуры»	«Тише едешь – дальше будешь»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	<u>Труд:</u> следить за опрятностью своей физической формы и прически.

Январь

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через обруч, прыжки на двух ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); проявляет активность при участии в подвижных играх; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.</p>					
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая				<u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе массажа

колени с выполнением заданий, челночный бег.					стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.
ОРУ	С гимнастическими палками	С мячом	С гантелями	С султанчиками	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске(40см).</p> <p>2. Прыжки в длину с места.</p> <p>3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой).</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую.</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису.</p> <p>3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине).</p> <p>4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант).</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком.</p> <p>3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета».</p> <p>4. Перебрасывание мяча снизу другу.</p> <p>5. Кружение парами.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, прыгнуть, с перешагиванием через рейки.</p> <p>2. Прыжки в длину с места.</p> <p>3. Метание мяча в вертикальную цель.</p> <p>4. Пролезание в обруч правым и левым боком.</p>	<p><u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела.</p> <p><u>Социализация:</u> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><u>Познание:</u> формировать умение двигаться в заданном направлении.</p> <p><u>Музыка:</u> учить</p>
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Вышибалы»	«Мы – веселые ребята»	выполнять движения, отвечающие характеру музыки.
Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки» (музыкальная игра)	

Февраль

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>					
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до двух минут, ходьба с выполнением заданий.				<p><u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе закаливания.</p> <p><u>Социализация:</u> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр.</p>
ОРУ	Без предметов	Со скакалкой	Парами с гимнастической палкой	С султанчиками	<p><u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу</p>
Основные виды движений	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Отбивание мяча правой и левой рукой. 4. Ползание по-пластунски до обозначенного места. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке. 2. Прыжки через бруски правым боком. 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней. 5. Перебрасывание набивных мячей. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. 3. Прыжки через скамейку. 	

		использованием перекрестного движения рук и ног. 4. Прыжки в высоту.		4. Лазание по гимнастической стенке.	разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу.
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее». Эстафета с мячом	
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»	

Март

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>					<p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания.</p> <p>Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту,</p>
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по два, ходьба и бег в рассыпную, бег до двух минут с перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	Без предмета	Со скакалкой	С обручем	С султанчиками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней. 2. Метание в	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой. 2. Перебрасыван	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой. 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной. 2. Прыжки со	

	цель из разных исходных положений. 3. Прыжки из обруча в обруч. 4. Подлезание в обруч разными способами.	ие мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке. 4. Прыжки на одной ноге через шнур.	3. Ползание по скамейке по-медвежьи. 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	скамейки на мат. 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом.	отзывчивость, терпение, дружелюбие). <u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <u>Безопасность:</u>
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»	формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами.
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук	<u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении по сигналу.

Апрель

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>					

Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках, пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево.				<u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе закаливания.
ОРУ	Без предмета	С мячом	Без предмета	С мешочком	<u>Социализация:</u> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)..
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура. 3. Переброска мячей в шеренгах. 4. Вис на гимнастической стенке.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове. Пролезание в обруч боком. 2. Отбивание мяча одной рукой между кеглями. 3. Прыжки через короткую скакалку.	1. Ходьба по скамейке спиной вперед. 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча. 4. Прокатывание обручей друг другу.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Прыжки через длинную скакалку.	<u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами.
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»	<u>Познание:</u> учить
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Кто ушел»	Ходьба в колонне по одному	двигаться в заданном направлении по сигналу.

Май

Содержание организационной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы воспитания	1-я неделя	2-я неделя	3-неделя	4-я неделя	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом»; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>					
Вводная часть	<p>Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед.</p>				
ОРУ	Без предмета	Со скакалкой	С гимнастическими палками	С гантелями	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>2. Прыжки в длину с места.</p> <p>3. Метание набивного мяча.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней.</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы.</p> <p>4. Прыжки на одной ноге через</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</p> <p>2. Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>3. Прыжки через бруски.</p> <p>4. Отбивание мяча между предметами,</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе.</p> <p>3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед.</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке.</p>	

Здоровье: рассказывать о пользе закаливания.

Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).

Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время перебрасывания мяча друг другу разными способами.

		скакалку.	поставленными в одну линию.		Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу.
Подвижные игры	«Быстрые и меткие»	«Пустое место»	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	Релаксация «В лесу»	«Тише едешь – дальше будешь»	

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА

Июнь

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Развивать двигательные навыки; воспитывать желание самостоятельно выполнять упражнения.	1. Занимательная разминка. 2. Игровые упражнения. 3. «По мостику»- ходьба и бег между шнурами (20см). 4. «Прокати и догони»- прокатывание мяча вперёд. 5. Подвижная игра «Воробышки и автомобиль». 6. И.М.П. «Пузырь».	1. Занимательная разминка - «Зайчата» - ходьба в колонне по одному, по сигналу «зайчата»- дети выполняют прыжки на месте, по сигналу «лягушки». присаживаются, руки кладут на колени. 2. Бег в колонне по одному. 3. Игровые упражнения: «Весёлые медвежата» ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы.	1. Игра «Мы топаем ногами». 2. Игровые упражнения: «Парашютисты»- прыжки с гимнастической скамейки. 3. «Лягушки» - прыжки с продвижение по кругу). 4. И.М.П. «Тишина у пруда».	1. Занимательная разминка «Автомобили» - (ходьба и бег по сигналу). 2. Игровые упражнения «Смелые мышки»- лазанье под шнур. 3. «По мостику»- по доске, посередине перешагнуть кубик. 4. Ходьба в колонне по одному с движение рук.

		5. Подвижная игра «Поймай комара». 6. И.М.П. «Возьми флажок».		
--	--	--	--	--

Июль

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Развивать двигательные навыки; воспитывать желание заниматься физическими упражнениями.	1. Игра «Найди свой цвет». 2. Игровые упражнения: «Кто дальше» - метание мешочков вдаль. 3. «С кочки на кочку» - прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 4. Подвижная игра «Самолёты». 5. И.М.П «Шли, шли и нашли».	1. Игра «Быстро возьми» (кубик, мяч, кегля). 2. Игровые упражнения: «Прокати – поймай»: катание мяча двумя руками друг другу. 3. «Весёлые медвежата» - ползание на четвереньках по прямой. 4. И.М. П. «Что в пакете?».	1. Занимательная разминка «Не задень» - ходьба и бег между предметами (кубики, кегли). 2. Игра «Ровным кругом». 3. Игровые упражнения: «По мостику» - ходьба по наклонной доске, свободно балансируя руками. 4. Подвижная игра «Мыши в кладовой».	1. Игра «Слушай сигнал» (ходьба и бег по сигналу «побежали», «пошли») 2. Игра «Все спортом занимаются». 3. Игровое упражнение «Прокати и сбей». 4. Подвижная игра «Наседка и цыплята». 5. И.М.П. по выбору детей.

Август

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Развивать двигательные навыки; воспитывать интерес к двигательной	1. Игра «Лошадки» - ходьба, высоко поднимая колени, в среднем темпе. «Лошадки идут», бег враспынную.	1. Игра «Найди свой цвет» (платочки трёх цветов). 2. Игровые упражнения: «Весёлые	1. Игра «Лохматый пёс». 2. Игровые упражнения: «Прокати – поймай» -	1. Игра «Ровный круг» - ходьба и бег по кругу. 2. Игровые упражнения: «Из

деятельности.	2. Игра «Наседка и цыплята». 3. Игра «Лягушки»- прыжки по дорожке. 4. Игра «Трамвай».	воробышки» - подлезание под шнур. 3. «Через ручеёк»- прыжки на двух ногах через верёвки. 4. Игра малой подвижности 5. «Угадай, кто как кричит?»	прокатывание мяча двумя руками друг другу под дуги. 3. «Не задень» - ходьба между кубиками. 4. Игра «Поймай комара» (с прыжками на месте).	обруча в обруч» - прыжки на двух ногах в обруч и из обруча. 3. Игра «Обезьянки». 4. Хороводная игра.
---------------	---	---	--	--

СРЕДНЯЯ ГРУППА

Июнь

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Развивать двигательные навыки; воспитывать желание самостоятельно выполнять упражнения.	1. Игровые упражнения: «Кто дальше бросит» - метание мешочков на дальность. «Кто быстрее доберётся до кегли» - прыжки на двух ногах с выполнением различных препятствий. 2. Подвижная игра «Самолёты» 3. И.М.П. «Великаны и гномы».	1. Игровые упражнения: «Парами» - ходьба в колонне по одному, ходьба парами (чередовать). «Попади в корзину»- метание мешочка в горизонтальную цель. 2. Подвижная игра: «Подбрось - поймай» 3. И.М.П. «Колпачок и палочка».	1. Игровые упражнения: «Самолёты» – ходьба и бег (руки в стороны) по всей площадке с поворотами в разные стороны. «Не урони» - ходьба по бревну, приставным шагом с мешочком на голове. «Перебрось - поймай» - перебрасывание мяча друг другу, стоя в кругу. 2. Подвижная игра «Зайцы и волк». 3. Ходьба в колонне	1. Игровые упражнения: «Догони свою пару». «Весёлые мышки» - ходьба на носках» змейкой» между кеглями. 2. Подвижная игра 3. «Кролики» 4. И.М.П. «Кто ушёл».

			по одному с выполнением упражнений на дыхание.	
--	--	--	--	--

Июль

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Развивать двигательные навыки; воспитывать желание активно участвовать в подвижных играх.	1. Игра «Цветные автомобили». 2. Игровые упражнения: «Попади в кеглю»- метание мешочка в цель. «Мышки – норушки» - подлезание под шнур боком. 3. Игровое упражнение с мячом индивидуально. 4. Подвижная игра «Пилоты». 5. Ходьба в колонне по одному.	1. Игра «Найди свой домик». 2. Игровые упражнения: «Парашютисты» - спрыгивание с гимнастической скамейки. «Прокати» - катание обруча между предметами. 3. Подвижная игра «Ловишки». 4. И.М.П. «У ребят порядок строгий».	1. Ходьба в колонне по одному между кеглями. Лёгкий бег на носках между кеглями змейкой. 2. Школа мяча: - ударить мячом о землю и поймать его двумя руками; - ударить мячом о землю, сделать хлопок и поймать его двумя руками; - ударить мячом о стену, сделать хлопок и поймать его руками. 3. Подвижная игра 4. «Мяч через сетку». 5. Игра малой подвижности по выбору детей.	1. Игра «Догони свою пару». 2. Игровые упражнения: «С кочки на кочку»; «Быстрые жучки» - ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 3. Подвижная игра 4. «Лошадки». 5. И.М.П. «Хомячок».

Август

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>Развивать двигательные навыки; воспитывать интерес к двигательной деятельности.</p>	<p>1. Игра «У ребят порядок строгий».</p> <p>2. Игра «Будь первым» - ходьба и бег в колонне со сменой ведущего.</p> <p>3. Эстафета «Полоса препятствий»: ползание под дугу прямо или боком; ходьба с переступанием через шнуры.</p> <p>4. Подвижная игра</p> <p>5. «Найди себе пару».</p> <p>6. И.М.П «Летает – не летает».</p>	<p>1. Подвижная игра</p> <p>2. «Водители» - на красный флажок - ходьба на месте, на жёлтый флажок - ходьба по спортивной площадке, на зелёный флажок – бег в рассыпную.</p> <p>3. Игра «Затейники».</p> <p>4. Игровое упражнение: «Переброска мячей» - бросание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>5. Подвижная игра</p> <p>6. «У медведя во бору»</p> <p>7. И.М.П. «Весёлый мячик».</p>	<p>1. Игра «Слушай сигнал» - ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Бабочки» - остановиться, помахать руками как крылышками, продолжить ходьбу, бег в рассыпную.</p> <p>2. Игровые упражнения «Кто дальше» - прыжки в длину с места. «Пройди – не упади» - ходьба по бревну приставным шагом, руки на пояс.</p> <p>3. Подвижная игра</p> <p>4. «Автомобили».</p> <p>5. И.М.П. «Узнай по голосу».</p>	<p>1. Игра «Быстро возьми».</p> <p>2. Игровые упражнения: «Добрось до кегли» - метание мешочков в цель. «Мышки – норушки» - подлезание под шнур, боком с мячом в руках.</p> <p>3. Игровые упражнения с мячом, в парах и индивидуально.</p> <p>4. И.М.П. «Тишина у пруда».</p>

СТАРШАЯ ГРУППА

Июнь

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>Развивать</p>	<p>1. Игра «Найди себе</p>	<p>1. Ходьба в колонне</p>	<p>1. Ходьба с мячом:</p>	<p>1. Игры - эстафеты:</p>

<p>двигательные навыки; воспитывать интерес к совместным двигательным действиям.</p>	<p>пару» - ходьба враспынную, ходьба и бег в парах. 2. Игра «Затейники (с мячами). 3. Игра – эстафета «Кто самый ловкий» - бег с преодоление препятствий. 4. Игра-упражнение «Пронеси – не урони». 5. Хороводная игра по желанию детей.</p>	<p>по одному, бег в разных направлениях, с перешагиванием препятствий. Непрерывный бег 1,5-2 минуты 2. Игры - упражнения: «По местам»; «Кто быстрее» (прыжки на правой и левой ноге). 3. Подвижная игра «Парный бег». 4. И.М.П. «Делай, как я».</p>	<p>- на носках, руки с мячом вверх; -на пятках, руки с мячом вперёд. 2. Бег в колонне с остановкой на сигнал: спрятать мяч за голову; зажать мяч между ног. 3. Элементы баскетбола: - перебрасывание мяча друг другу от груди; - ведение мяча правой и левой руками поочередно; - забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.</p>	<p>«Кот в сапогах», «Ядро барона Мюнхаузена», «Баба Яга». 2. Подвижная игра «Волк и семеро козлят». 3. Ходьба в колонне по одному.</p>
--	---	---	--	--

Июль

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
<p>Развивать физические качества: ловкость быстроту; воспитывать доброжелательные отношения с соперником, чувство товарищества, выдержку.</p>	<p>1. Ходьба и бег: «змейкой» между городками. 2. Игра в городки: - бросание биты сбоку; - выбивание городка с кона (5-6м) и полукона (2-3м).</p>	<p>1. Игра-упражнение «Сигнал» - ходьба и бег в разном темпе с преодолением препятствий, с остановками, со сменой направлений и другими заданиями (по сигналу воспитателя).</p>	<p>1. Занимательная разминка (различные виды ходьба и бега). 2. Игровые упражнения: прыжки в длину (самый длинный командный прыжок – победный); стрельба из лука (метание в</p>	<p>1. Ходьба в колонне по одному, на носках, на внешней и внутренней стороне стопы с сохранением правильной осанки. Легкий бег, бег «змейкой», в разных направлениях. Обычная</p>

		<p>2. «Затейники».</p> <p>3. Эстафета «Кто быстрее перенесет предметы».</p> <p>4. Подвижна игра «Удочка».</p> <p>5. Подвижная игра «Мы - веселые ребята».</p> <p>6. Ходьба с выполнением задания руками.</p>	<p>горизонтальную цель обыкновенным луком).</p> <p>3. Игра - эстафета «Бег на коньках» (коньки заменяются калошами).</p> <p>4. Игра – эстафета «Велогонки» (велосипед заменит гимнастическая палка).</p> <p>5. И.М.П. «У кого мяч».</p>	<p>ходьба.</p> <p>2. ОРУ со скакалкой.</p> <p>3. Игровые упражнения: прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад.</p> <p>4. Подвижна игра «Удочка»; «Сделай фигуру» (дети придумывают сами фигуры со скакалкой).</p> <p>5. Ходьба в колонне по одному.</p>
--	--	--	---	---

Август

Задачи	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Развивать ловкость, быстроту реакции, воспитывать умение действовать коллективно.	<p>1. Ходьба в колонне по одному в чередовании с прыжками на двух ногах из обруча в обруч. Бег в быстром темпе на скорость.</p> <p>2. ОРУ с обручем.</p> <p>3. Игровое упражнение: «Не опоздай»</p>	<p>1. Беседа «Учимся играть в футбол».</p> <p>2. ОРУ с мячом.</p> <p>3. Игра «Мы весёлые ребята».</p> <p>4. Игровые упражнения: «Точный удар» - отбивание мяча правой и левой ногами</p>	<p>1. Игры с мячом: «Зевака», «Гонка мячей».</p> <p>2. Игра с прыжками: «Мешочек».</p> <p>3. Игры с бегом: «Дорожки»; «Пустое место».</p> <p>4. И.М.П «Море</p>	<p>1. Ходьба: приставным шагом вперёд, руки на поясе; приставным шагом с приседанием, руки на поясе.</p> <p>2. Бег в сочетании с другими видами движений: с прыжками</p>

	<p>- прыжки, продвигаясь вперёд за кругом, образованным лежащими обручами на 3-4 меньше числа играющих. По сигналу, встать в обруч.</p> <p>«Прокати прямо» - катание обручей прямо.</p> <p>4. Игра - эстафета: «Перенеси обруч».</p> <p>5. Подвижная игра «Фигура с обручем».</p> <p>6. Ходьба в колонне по одному с обручем в руках.</p>	<p>в заданном направлении.</p> <p>«Проведи мяч в ворота» - обведение мяча между и вокруг предметов с забиванием мяча в ворота. «Не выпусти мяч» - передача мяча ногой друг другу.</p> <p>«Отбей мяч» - отбивание мяча об стенку.</p>	<p>волнуется».</p>	<p>продвигаясь вперёд; с остановкой на звуковой сигнал.</p> <p>3. ОРУ с бадминтонной ракеткой.</p> <p>4. Упражнения: подбивать волан ракеткой, стараясь ударить большее количество раз (стоя на месте и в движении.; отбивание волана ракеткой в заданном направлении.</p> <p>5. Игра «Волан по кругу».</p> <p>6. Эстафета «Пронеси волан и не урони».</p>
--	---	--	--------------------	--

III раздел. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

3.1 Программно-методическое обеспечение

1. Грядкина Т. С. Образовательная область «Физическая культура». Как работать по программе «Детство» : Учебно-методическое пособие / науч. ред.: А. Г. Гогоберидзе. – СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.
2. Литвинова О. М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры: Методическое пособие – М.: Мозайка – Синтез, 2009.
3. Лосева В. С. Плоскостопие у детей 6-7 лет: профилактика и лечение. – М.: ТЦ Сфера, 2004.
4. Мартынова Е. А., Давыдова Н. А., Кислюк, Н. Р. Физическая культура. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет по программе «Детство» / авт.-сост. Е. А. Мартынова, Н. А. Давыдова, Н. Р. Кислюк. – Волгоград : Учитель, 2013. – 302 с.
5. Мониторинг в детском саду. Научно-методическое пособие. – СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 592 с. + цв. вклейка.
6. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-6 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2009.
7. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
8. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа: Методическое пособие. – М.: Мозайка-Синтез, 2012.
9. Подольская Е. И. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет: Волгоград, Учитель, 2010.
10. Прищепа С. С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Методическое пособие. – М.: Москва, 2009.
11. Сборник подвижных игр: Методическое пособие / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова. – М.: Мозаика – Синтез, 2011.

3.2 Распорядок и режим дня.

Режим работы Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 6» (далее – Детский сад) рассчитан на 12-ти часовое пребывание воспитанников с 7.00 до 19.00; суббота, воскресенье, праздничные дни – выходные.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию:

- для групп общеразвивающей направленности – 12-часовой: с 07.00 до 19.00
- продолжительность учебного года с 01.09.2022 г. по 31.08.2023 г.
- каникулы в течение учебного года не предусмотрены; в летний оздоровительный период (с 01.06.2023 по 31.08.2023) занятия организуется по образовательным областям «Художественно – эстетическое развитие» и «Физическое развитие»
- Детский сад работает по графику пятидневной рабочей недели.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - перед уходом детей домой.

Продолжительность дневного сна для детей от 1 года до 3 лет – не менее 3 часов, для детей 4-7 лет – не менее 2,5 часов.

Суммарный объем двигательной активности детей не менее 1 часа в день.

Организованная совместная деятельность проводится с учетом возраста детей, их индивидуальных особенностей.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов (организация питания, сна), преимущественно направлена на охрану здоровья ребенка, физическое и социально-личностное развитие.

Организация образовательного процесса в Детском саду осуществляется в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования и учебным планом. Количество и продолжительность непрерывной образовательной деятельности (занятий), включая дополнительное образование, устанавливаются в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и требованиями, которые регламентируются учебным планом.

Начало занятий для всех возрастов не ранее 8.00, окончание не позднее 17.00

Продолжительность занятий и дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста составляет:

Возраст	продолжительность занятия, не более	продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки, не более
от 1 года до 3 лет	10 мин	20 мин
от 3 до 4 лет	15 мин	30 мин
от 4 до 5 лет	20 мин	40 мин
от 5 до 6 лет	25 мин	50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна
от 6 до 7 лет	30 мин	90 мин

Продолжительность перерывов между занятиями не менее 10 минут (приложение).

3.2.1 Расписание непрерывной образовательной деятельности с детьми

День недели	Время	Группа	Продолжительность	Место проведения
Понедельник	9.00 – 9.15	Вторая младшая группа «Букетик»	15	зал
	9.25 – 9.40 (9.45)	Разновозрастная группа (3-5 лет) «Радуга»	15 (20)	зал
	9.55 – 10.15	Разновозрастная группа (4-6 лет) «Солнечные зайчики» (дети 4-5 лет)	20	зал
	10.30 – 11.00	Подготовительная группа «Цветик-семицветик»	30	зал
	11.20 – 11.45 (11.50)	Разновозрастная группа (5-7 лет) «Лесная полянка» + разновозрастная группа «Солнечные зайчики» (дети 5-6 лет)	25 (30)	улица
Вторник	9.00 – 9.15	Вторая младшая группа	15	зал

		«Букетик»		
	9.25 – 9.40 (9.45)	Разновозрастная группа (3-5 лет) «Радуга»	15 (20)	зал
	9.55 – 10.20 (10.25)	Разновозрастная группа (5-7 лет) «Сказочная страна»	25 (30)	зал
	10.35 – 11.00 (11.05)	Разновозрастная группа (5-7 лет) «Лесная полянка»	(25) 30	зал
Среда	9.00 – 9.15	Вторая младшая группа «Букетик»	15	зал
	9.25 – 9.40 (9.45)	Разновозрастная группа (3-5 лет) «Радуга»	15 (20)	зал
	9.55 – 10.15 (10.20)	Разновозрастная группа (4-6 лет) «Солнечные зайчики»	20 (25)	зал
	10.30 – 11.00	Подготовительная группа «Цветик-семицветик»	30	зал
	11.20 – 11.45 (11.50)	Разновозрастная группа (5-7 лет) «Сказочная страна»	25 (30)	улица
Четверг	9.00 – 9.20 (9.25)	Разновозрастная группа (4-6 лет) «Солнечные зайчики»	20 (25)	зал
	9.35 – 10.00 (10.05)	Разновозрастная группа (5-7 лет) «Лесная полянка»	25 (30)	зал
	10.15 – 10.40 (10.45)	Разновозрастная группа (5-7 лет) «Сказочная страна»	25 (30)	зал
	11.10 – 11.40	Подготовительная группа «Цветик-семицветик»	30	улица

3.3 Традиционные события, праздники, мероприятия (Комплексно-тематическое планирование образовательного процесса)

Тема	Мероприятия		Сроки	
	3-5 лет	5-7 лет	неделя (неделя года)	месяц
День знаний (3 сентября – День борьбы с терроризмом)	Развлечение «Мы - дошколята» Инструктажи по безопасности	Развлечение «День знаний» Беседы о безопасности	1 (35)	
Дары осени (8 сентября – День грамотности)	Выставка-конкурс «Дары осени»		2 (36)	сентября
	Праздник урожая: овощи и фрукты.	Беседа «Что значит быть грамотным?!» (уметь читать, писать; обладать знаниями, необходимыми для жизни, будущей работы) Обсуждение и разучивание пословиц, поговорок, крылатых выражений по теме		
Признаки осени. Явления осенней погоды	Создание коллажа (макета) «Золотая осень» Осеннее развлечение		3 (37)	
Моя безопасность (ПДД, пожарная и т.д.) (27 сентября – День дошкольного работника, 1 октября. Международный день пожилых людей)	Оформление уголков по теме Развлечение «Будь осторожен» Экскурсия к светофору	Оформление уголков по теме Развлечение «Безопасная дорога» Экскурсия по городу Просмотр видеофильмов на противопожарную тематику	4-5/1 (38-39)	сентябрь/ октябрь
	30.09 Акция «Открытка для пожилого человека» Мини-концерт для сотрудников детского сада			
В мире животных (4 октября – Международный день животных)	Создание уголка (макета) «Животные леса»	Создание красной книги. Выставка плакатов (листовок) «Берегите животных»	2 (40)	октябрь

Книга – это целый мир. (Конкурс чтецов)	Выставка книг «Мои любимые книги», «Книги одного автора». Конкурс чтецов		3-4 (41-42)	
Раньше и теперь.	Создание мини-музея «Путешествие в прошлое». Развлечение по народным играм.	Экскурсия в краеведческий музей. Создание мини-музея. Досуг «Компьютер и интернет»	5 (43)	октябрь
Моя Россия (4 ноября – День народного единства)	Приобщение детей к русской народной культуре (фольклор, игры, игрушки и т.д.)	Развлечение «Мы - Россияне»	1 (44)	ноябрь
Как природа готовится к зиме? (живая и неживая природа)	Тематические беседы, конкурсы, развлечения.	Тематические беседы, конкурсы. Драматизация сказок и показ младшим группам	2-3 (45-46)	
Профессии (29 ноября – День матери)	Развлечение «День матери». Выставка портретов мам и фотоколлажей «Моя мама»		4 (47)	
Неделя безопасности	Досуг «Зимние ловушки» (гололед, ПДД, пожарная и т.д.) Экскурсия по городу, поход в лес		5/1 (48)	ноябрь/ декабрь
Неделя добра (8 декабря – День волонтера, 9 – День Героев Отечества)	Акция «Помоги всем» (кормушки для птиц, помощь бездомным животным и т.д.) Беседы о Героях Отечества Ознакомление детей с художественной литературой: Т. А. Шорыгина «Спасатель», С. Я. Маршака «Рассказ о неизвестном герое»		2 (49)	декабрь
12 декабря – День Конституции	Беседы о людях (жителях большой страны)	Тематические беседы об основном законе России, государственных символах Творческий коллаж в группах «Моя Россия»	12.12	
Зимние забавы. Береги свое здоровье. ЗОЖ. ОБЖ	Спортивное развлечение на улице Моделирование ситуаций по безопасности Досуг «Безопасность в быту» (пожарная, электробезопасность и т.д.)		3 (50)	

	Беседы о безопасности на дорогах в зимний период			
Новый год. Народные праздники	Новогодний утренник Участие в новогодних конкурсах Оформление снежного городка на территории детского сада		4-5 (51-52)	
Моя семья. Традиции семьи. (11 января – Всемирный день «Спасибо»)	Развлечение «Колядки» Беседы об этикете, инсценировки, обыгрывание ситуаций по правилам поведения в обществе Беседы о традициях семьи		3 (3)	
	Составление семейных альбомов	Семейный проект «Генеалогическое древо семьи»		
Земля – наш общий дом (разнообразие растений и животных)	Создание макета (коллажа)	Создание макета (коллажа) отражающего разнообразие климатических зон и их особенностей	4 (4)	январь
Разные страны и народы (Сказки и игры разных народов) 27 января - День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады.	Беседы о разнообразии стран и народностей Чтение сказок разных стран и народов Развлечение «Игры народов мира»	Беседы о разнообразии стран и народностей Выставка работ детского творчества «Народы мира» Беседа с презентациями «900 дней блокады», «Дети блокадного Ленинграда», Знакомство с художественной литературой и музыкальными произведениями по теме	5 (5)	
Неделя безопасности	Беседы, рассматривание и моделирование ситуаций по безопасности (ПДД, пожарная, безопасность на льду, антитеррор и т.д.)		6/1 (6)	
«Хочу все знать» (8 февраля – День российской науки)	Проведение опытов в соответствии с возрастом (с водой, песком, солью, пищевой содой, с пищевыми красителями, мыльными пузырями, с воздухом и т.д.)		2 (7)	февраль
		Виртуальная экскурсия с презентацией «Новости российской науки»		
Неделя здоровья.	Развлечение «Мы растем	Спортивные соревнования «Зарница»	3 (8)	

(Продукты питания, витамины. ЗОЖ)	здоровыми»			
23 февраля. Мужественные профессии. (21 февраля – Международный день родного языка)	Беседы о военных профессиях Игры «Танкисты», «Пограничники и нарушители», «Ловкие и смелые моряки» Спортивный досуг с родителями «Мой папа!»		4 (9)	
Профессии моих родителей (8 марта – международный женский день)	Утренники «8 марта» Развлечение «Масленица»		1-2 (10-11)	март
Правила дорожного движения	Развлечение по ПДД. Акция «Будь внимателен на дороге»		3 (12)	
Весна пришла (27 марта – Всемирный день театра, 1 апреля – Международный день птиц)	Выставка детского творчества «Весна» Драматизация сказок		4-5/1 (13-14)	март/ апрель
«Мое тело» (7 апреля – Всемирный день здоровья)	Беседы о ведении здорового образа жизни. Развлечение «Праздник здоровья» с проведением зарядки со всеми дети детского сада на территории садика		2 (15)	апрель
Что там за облаками? (12 апреля – Всемирный день авиации и космонавтики)	Выставка детского творчества по теме	Просмотр видеофильмов, мультфильмов (о космосе, космических явлениях) беседы о космонавтах и истории покорения космоса Развлечение «Путешествие в космос» Досуг «По страницам интернета»	3 (16)	
Жалобная книга природы. (22 апреля –	Развлечение «Весна проснулась» Выставка плакатов и листовок «Береги природу!»		4 (17)	

Международный день Земли)				
Пожарная безопасность (30 апреля – День пожарной охраны России)	Выставка работ детского творчества «Пожарная безопасность»	Игра-соревнование «Юные пожарные» Выставка работ детского творчества Обсуждение ситуаций «Бытовой газ»	5 (18)	
Мой город. День победы	Выставка и развлечение «День Победы»	Экскурсия по городу, к вечному огню Выставка и развлечение «День Победы»	1-2 (19-20)	
Мой дом – моя крепость (15 мая – Международный день семьи)	Беседы о быте семьи, семейных праздниках и выходных днях. Обыгрывание ситуаций «Безопасность в быту» (в том числе правила обращения с бытовой техникой)	Выставка семейных фотографий. Ситуативные разговоры и беседы по теме праздника Викторина «Безопасность в быту» Досуги в группах совместно с родителями «Моя семья»	3 (21)	май
Неделя славянской письменности (24 мая – День славянской письменности и культуры)	Чтение произведений отечественных писателей и поэтов. Выставка детского творчества «Моя любимая книга»	Беседы на тему азбуки, конкурс букв-поделок. Досуг «Литературная гостиная»	4 (22)	
Транспорт. Безопасность на дорогах, в быту, в лесу	Развлечения по безопасности.	Развлечения по безопасности, Квест-игра «Юный знаток ПДД» Выпускной бал для детей 6-7 лет Соревнование по спортивному ориентированию.	5/1 (23)	май-июнь
«День защиты детей»	Развлечение «День защиты детей» Конкурс рисунков на асфальте «Пусть всегда будет солнце»		01.06	
«Мир вокруг нас» (5 июня – Всемирный	Разучивание потешек, пословиц и поговорок Акция «Береги природу!»		2 (24)	июнь

день охраны окружающей среды, 6 июня – День русского языка)				
«Неделя дружбы» (9 июня – Международный день друзей, 12 июня – День России)	Игры и развлечения на сплочение детского коллектива	Экскурсии по городу, к памятным местам, выставочный зал, краеведческий музей	3 (25)	
«Мы помним» (22 июня – День памяти и скорби)		Поэтический час «Мы о войне стихами говорим» Тематические беседы «Страничка истории. Никто не забыт»	4 (26)	
	Рисование на асфальте «Пусть всегда будет солнце!»			
Олимпийская неделя	Малые летние олимпийские игры		5 (27)	
Неделя безопасности (8 июля – День семьи, любви и верности)	Беседы о семье. Развлечения совместно с родителями. Выставка плакатов по безопасности. Акция «Безопасная жизнь»		1 (28)	ИЮЛЬ
Мой город (17 июля – День города)	Конкурс построек из песка Развлечение «Веселые старты»		2 (29)	
Живая вода	Опыты с водой. Развлечение «День Нептуна»		3 (30)	
Друзья наши меньшие	Акция (плакаты, листовки)		4 (31)	
Безопасность на дороге (5 августа – Международный день светофора)	Развлечение «Будь осторожен» Выставка детских работ		1 (32)	АВГУСТ
«Неделя спорта» (12 августа – День физкультурника)	Спортивные соревнования		2 (33)	

Неделя театра	Показ театрализованных представлений	3 (34)	
«Белый-синий-красный» (22 августа – День государственного флага Российской Федерации)	Праздник «России часть и знак — красно-синий-белый флаг», игры «Собери флаг», «Что означает этот цвет?», «Передай флажок», «Чей флажок быстрее соберется?», «Будь внимательным», «Соберись в кружок по цвету»	4 (35)	
Прощание с летом (27 августа – День российского кино)	Беседы на темы: «Что мы знаем о кино?», «Как снимают кино?» Встреча с героями фильмов и мультфильмов Рисованием на тему «Мой любимый герой мультфильма» Создание “фильма” «Наше лето»	5 (36)	

3.4 Организация развивающей предметно-пространственной среды

Тип оборудования	Наименование	Размер, масса	Количество
Для ходьбы, бега, равновесия	Гимнастическая скамейка	Длина – 400 см. Ширина – 23 см. Высота – 20 см.	2 шт.
	Гимнастическая скамейка	Длина – 300 см. Ширина – 23 см. Высота – 20 см.	2 шт.
	Доска с ребристой поверхностью	Длина – 150 см. Ширина – 20 см.	3 шт.
	Дорожка-змейка (канат)	Длина – 250 см. Диаметр – 2 см.	1 шт.
	Дорожка-змейка (канат)	Длина – 200 см. Диаметр – 2 см.	1 шт.
	Дорожка со следочками	Длина – 200 см. Ширина – 20 см.	1 шт.
	Беговая дорожка для профилактики		1 шт.

	плоскостопия		
Для прыжков	Батут детский	Диаметр – 100 см.	1 шт.
	Косички	Длина – 60 см.	12 шт.
	Скакалки	Длина – 200 см.	15 шт.
	Кубы большие	Ребро – 30 см.	1 шт.
	Кубы маленькие	Ребро – 20 см.	4 шт.
	Маты гимнастические	Длина – 160 см. Ширина – 80 см. Высота – 10 см.	3 шт.
Для катания, бросания, ловли, метания	Кольцо		2 шт.
	Кольцеброс		2 шт.
	Мешочек с грузом малый	Масса – 150 гр.	20 шт.
	Мячи большие	Диаметр – 25 см.	2 шт.
	Мячи средние	Диаметр – 15 см.	20 шт.
	Мяч для волейбола		2 шт.
	Мяч для баскетбола		2 шт.
	Мишени для метания напольные		2 шт.
Для ползания и лазания	Стенка гимнастическая деревянная	Высота – 280 см. Ширина пролета – 73 см.	4 шт.
	Канат гладкий	Длина – 300 см.	2 шт.
	Дуга большая	Высота – 50 см.	1 шт.
	Дуга средняя	Высота – 45 см.	1 шт.
	Дуга малая	Высота – 30 см.	1 шт.
Для общеразвивающих упражнений	Флажки		40 шт.
	Ленточки	Длина – 25 см.	40 шт.
	Платочки		24 шт.
	Гимнастические палки	Длина – 100 см.	20 шт.
	Кегли		20 шт.
	Обручи средние	Диаметр – 54 см.	10 шт.

	Обручи малые плоские		12 шт.
	Обручи большие плоские		12 шт.
Подвижные и спортивные игры	Шапочки		2 шт.
	Ленточки (4 цветов)		
	Ободки (по тематике)		
	Гимнастические палочки (разных цветов)		10 шт.
	Футбольные ворота		2 шт.

Технические средства обучения

- Ноутбук.
- Bluetooth – колонка.
- Проектор.

Наглядно-образный материал

- Иллюстрации и репродукции (великие спортсмены, виды спорта).
- Игровые атрибуты для подвижных игр.