Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре

Данная Рабочая программа разработана для организации воспитательно- образовательной деятельности с детьми от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению - физическое развитие.

Задачи *программы:*

1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
2) 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;
3) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, его инициативности, самостоятельности и ответственности, формирование предпосылок учебной деятельности;
4) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
5) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 15

Амурская область, г.Зея, ул. Ленина 163 «А», тел. (41658) 2-17-49, E-mail: ya.ya-nezabydka15@yandex.ru

ПРИНЯТА
на заседании Педагогического
совета МДОАУ д/с № 15
Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего
МДОАУ д/с № 15
№ 107-д от 31.08.2023

Татьяна Григорьевна Нонина
C=RU, O=МДОАУ д/с №. 15,
CN=Татьяна Григорьевна
Нонина,
E=ya.ya.nezabydka15@yandex.ru
я подтверждаю этот документ
своей удостоверяющей
подписью
место подписания
2023.10.03 15:00:33+09'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре
на 2023-2024 учебный год
по реализации образовательной программы
дошкольного образования МДОАУ д/с № 15
в соответствии с ФОП ДО и ФГОС ДО

инструктор по физической культуре:
Харазова Дарья Александровна

г. Зея
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	2
1.1.	Пояснительная записка	2
1.1.1.	Цели и задачи	2
1.1.2.	Краткая характеристика детей 3-7 лет	3
1.1.3.	Планируемые результаты освоения Программы	6
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	7
2.1.	Перспективное планирование образовательной деятельности по физической культуре в средней группе (3-4 лет)	7
2.1.2.	Перспективное планирование образовательной деятельности по физической культуре в старшей группе (4-5 лет)	15
2.1.3	Перспективное планирование образовательной деятельности по физической культуре в средней группе (5-6 лет)	25
2.1.4.	Перспективное планирование образовательной деятельности по физической культуре в подготовительной группе (6-7 лет)	33
2.2.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	42
2.3.	Способы и направления поддержки детской инициативы	43
2.4.	Планирование взаимодействия с семьями обучающихся	43
3	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Особенности ежедневной организации жизни и деятельности обучающихся	44
	Литература	46

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Данная Рабочая программа разработана для организации воспитательно-образовательной деятельности с детьми от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению - физическое развитие.

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (Приказ Минпросвещения России от 31 июля 2020 г. №373);
- федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1115 с изменениями и дополнениями от 21.01.2019 г.);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрирован в Минюсте России 29 января 2021 г. №262296);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28);
- Уставом МДОАУ д/с № 15;
- Образовательной программой дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного автономного учреждения детского сада № 15
- Рабочей программы воспитания МДОАУ д/с № 15;
- Положением о рабочей программе педагога МДОАУ д/с № 15.

1.1.1. Цели и задачи реализации программы

Целями программы являются разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи *программы:*

1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
2) 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;
3) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, его инициативности, самостоятельности и ответственности, формирование предпосылок учебной деятельности;
4) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

5) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

1.1.2. Краткая характеристика группы

Сведения о воспитанниках (на 01.09.2023)

В 2023-2024 учебном году образовательный процесс по образовательной области «Физическое развитие» (физическая культура) осуществляется воспитателем по физической культуре в 7 группах:

Возрастная категория	Количество			
	групп	детей	дети-инвалиды	ОВЗ
От 2 до 3 лет	**1**			
От 3 до 4 лет	**2**			
От 4 до 5 лет	**1**			
От 5 до 6 лет	**1**		1	2
От 6 до 7 лет	**2**		1	2

1.1.3. Планируемые результаты освоения программы

К четырем годам:

Ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

Ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

Ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе.

К пяти годам:

Ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

Ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

Ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

Ребенок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу. **К шести годам:**

Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;
- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;
- ребёнок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий. **К концу дошкольного возраста:**

У ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

Ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;

Ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены; ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности; имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям;

Ребенок стремится сохранять позитивную самооценку.

Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Для проведения педагогического мониторинга используются унифицированные «Карты развития» (рекомендованных к использованию федеральным институтом развития образования РАНХиГС). Оценку качества дошкольного образования организуется и проводится методом педагогического наблюдения, результаты которого заносятся в унифицированные формы «Карты развития».

Мониторинг проводится 3 раза в год. Первый раз – по прошествии первого месяца учебного года (октябрь), второй раз – в середине года (в январе), третий раз – в конце года (апрель), когда можно увидеть итоговый результат продвижения детей группы и индивидуально каждого ребенка.

В целом, к основным показателям эффективности освоения Программы относятся:

– снижение показателей заболеваемости детей;

– повышение показателей развития физических качеств;

– устойчивые показатели психоэмоционального благополучия детей.

При реализации Программы предусмотрена педагогическая диагностика (мониторинг) физического развития и сформированности двигательных навыков детей. Согласно ФГОС ДО, такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

Перспективное планирование НОД по физической культуре

Содержание организованной образовательной деятельности **СЕНТЯБРЬ II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах вместе.	Развивать умение действовать по сигналу; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.
Вводная часть	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп».			
ОРУ	С флажками	Без предметов	С малым мячом	С кубиком
Основные виды движений	Ходить «между двух линий».	Прыжки на двух ногах на месте. Бег по залу.	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени. Бег «быстро в домик».
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Птички» «Мячик кверху»	«Кот и воробышки»	«Найдём жучка»
Малоподвижные игры	Сюжетная ходьба стайкой			

Содержание организованной образовательной деятельности **ОКТЯБРЬ II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; и	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; развивать координацию

	ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Развивать ловкость в игровом упражнении с мячом.	движений при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу, врассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	Без предмета	Без предмета	С малым мячом	На стульчиках
Основные виды движений	Упражнения на равновесия. Прыжки.	Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча друг другу.	Прокатывание мячей в прямом направлении. Ползание между предметами.	Ползание «крокодильчики». Упражнение в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«догони мяч» «Ляпка»	«Самолёты»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробышки»
Малоподвижные игры	Ходьба с мячом	«Машины поехали в гараж»	«Найдем зайку»	Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом»

Содержание организованной образовательной деятельности **НОЯБРЬ II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; в прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Развивать умение действовать по сигналу; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал; в ползании, развивая координацию движений; равновесии.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу, врассыпную с высоким подниманием коленей.			

ОРУ	С ленточками	С обручем	Без предмета	С флажками
Основные виды движений	Упражнение на равновесие. Прыжки на двух ногах.	Прыжки «через болото». Прокатывание мячей.	Прокати не задень. Проползи не задень.	Ползание «Паучки». Упражнения в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«Самолёты»	«Зайка серенький»	«Снежинки и ветер»	«Дед Мороз»
Малоподвижные игры	«Найдем зайчонка»	«Где спрятался мышонок?»	Ходьба в колонне по одному.	Массаж «Неболейка»

Содержание организованной образовательной деятельности **ДЕКАБРЬ II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия прыжках.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; сохранении равновесия при ходьбе по доске.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу, врассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках
Основные виды движений	Пройди не задень. Прыжки на двух ногах.	Прыжки со скамейки. Прокатывание мячей друг другу.	Прокати мяч м/д предметами. Ползание под дугу.	Ползание по скамье с опорой на ладони и колени. Ходьба боком по скамье.
Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Найди свой домик»	«Как на беленький лужок»	«Дед Мороз»
Малоподвижные игры	«Найдем птенчика»	«Где спрятался мышонок?»	«Найдем лягушонка»	«Снеговик»

Содержание организованной образовательной деятельности **Январь II младшая группа**			
Занятия Этапы занятий	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Упражнять в умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнении в ползании, развивая координацию движений.	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.
Водная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу, врассыпную с высоким подниманием коленей.		
ОРУ	С обручем	С кубиками	Без предметов
Основные виды движений	Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мячей друг другу.	Прокати – поймай. Ползание на четвереньках «медвежата».	Ползание под дугу, не касаясь руками пола. Ходьба боком по скамье.
Подвижные игры	«Снежинки и ветер»	«Найди свой цвет»	«Лохматый пёс» «Колпачок»
Малоподвижные игры	«Маленькие ножки»	«По ровненькой дорожке»	Массаж «Неболейка»

Содержание организованной образовательной деятельности **ФЕВРАЛЬ II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.

			шнур, не касаясь руками пола.	
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; перешагивания через шнур; бег в колонне, по кругу, врассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	С кольцом	С обручем	С мячом	Без предмета
Основные виды движений	Перешагни – не наступи. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	Прыжки на полусогнутых ногах (весёлые воробышки). Прокатывание мяча между предметами «Ловко и быстро!».	Бросание мяча через шнур двумя руками. Подлезание под шнур.	Лазанье под дугу в группировке. Ходьба по скамье, сохраняя равновесие.
Подвижные игры	«Найди свой цвет» «Самолёты»	«Воробышки в гнёздышках»	«Кот и воробышки»	«Лягушки»
Малоподвижные игры	«По ровненькой дорожке»	«Карусели»	«Пузырь»	«Отгадай чей голосок»

Содержание организованной образовательной деятельности **Март II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; Развивать ловкость при прокатывании мяча.	Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, по кругу; между предметами, врассыпную с высоким подниманием коленей, помахивая руками.			
ОРУ	С кубиками	Без предмета	С мячом	Без предмета
Основные виды движений	Ходьба боком приставным шагом. Прыжки между предметами змейкой.	Прыжки в длину с места. Прокатывание мячей друг другу.	Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре.	Ползание на четвереньках. Ходьба по скамье свободно балансирую руками.
Подвижные игры	«Скачут зайки»	«Найди свой цвет»	«Зайка серый умывается»	«Автомобили»
Малоподвижные игры	«Маленькие ножки»	Массаж «Неболейка»	«Найдем зайку?»	Ходьба в колонне по одному- «автомобили поехали в гараж»

Содержание организованной образовательной деятельности **АПРЕЛЬ II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить ходьбу и бег между предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.
Вводная часть	Ходьба вокруг кубиков, в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей.			
ОРУ	На скамейке с кубиком	С лентой	Без предмета	С обручем
Основные виды движений	Ходьба боком, приставным шагом, по скамье. Прыжки на двух ногах.	Прыжки из кружка в кружок Прокатывание мячей точный пас.	Бросание мяча вверх и ловля двумя руками. Ползание по скамейке.	Ползание на ладонях и коленях между предметами. Ходьба боком по мостику.
Подвижные игры	«Лохматый пёс»	«Курочка наседка»	«Мы топаем ногами» «Море волнуется»	«Огуречик, огуречик»
Малоподвижные игры	«Карусели»	«Отгадай, чей голосок»	«Маленькие ножки»	«Отгадай, кто спрятался»

Содержание организованной образовательной деятельности **МАЙ II младшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках Диагностировать скоростно-силовые качества	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу Диагностировать скоростно-силовые качества	Ходьба с выполнением заданий по сигналу; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке Диагностировать скоростные качества	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, врассыпную, между предметами, с остановкой на сигнал «Стоп» и выполнением задания; бег в колонне			
ОРУ	С кольцом	С мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	Ходьба по скамейке Прыжки через шнуры Прыжки в длину с места	Прыжки со скамейки Прокатывание мяча друг другу Метание мяча вдаль	Подбрасывание мяча Ползание по скамейке Бег 30 м	Лазание на наклонную лесенку. Перебрасывание мяча друг другу. Прыжки зажав мяч между коленками.
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и кот»	«Огуречик, огуречик»	«Коршун и наседка»
Малоподвижные игры	«Где спрятался мышонок»	Массаж «Кап на тучке ночевал»	«Пяточка, носочек»	«Отгадай чей голосок»

Содержание организованной образовательной деятельности **СЕНТЯБРЬ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; в умении действовать по сигналу; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному; на носках. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; упражнять в прокатывании мяча, лазание под шнур.	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу во время ходьбы, закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по

	площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	при подпрыгивании вверх, доставая до предмета, Упражнять в прокатывании мяча.		уменьшенной плоскости.
Вводная часть	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному, между предметами, с остановкой по сигналу, на носках и выполнением задания; бег в колонне, врассыпную. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С малым обручем
Основные виды движений	Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». Ходьба между линиями Прыжки на двух ногах	Прыжки достань до предмета. Прокатывание мячей друг другу. Прыжки на двух ногах. Ползание на четвереньках	Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2м. Ползание под шнур, не касаясь руками пола. Бросание мяча в верх и ловля его двумя руками. Лазание под дугу. Прыжки на двух ногах между кубиками.	Лазание под шнур, не касаясь руками пола. Ходьба на носках по доске с перешагиванием через предметы. Лазание под шнур с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
Подвижные игры	«Найди себе пару» «Найдем воробушка»	«Самолеты» "Найди себе пару	«Огуречик, огуречик...» "Воробушки и кот"	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	Массаж «Кап на тучке ночевал»	Каусели.	Пяточка - носочек	«Ау»

Содержание организованной образовательной деятельности **ОКТЯБРЬ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в рассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.

	приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижение вперед.	прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	прямом направлении, в лазанье под дугу.	
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен, между предметами, с перешагиванием, с остановкой по сигналу, на носках и выполнением задания; бег в колонне, в рассыпную.			
ОРУ	С косичкой (короткий шнур)	Без предметов	С мячом	С кеглей
Основные виды движений	Прыжки на двух ногах. Мяч через шнур(сетку). Кто быстрее доберется до кегли.	Прыжки на двух ногах. Прокатывание мяча между предметами. Подбрось -поймай мяч. Кто быстрей.	Прокатывание мяча в прямом направлении. Лазание под шнур. Прыжки на двух ногах. Подбрасывание мяча двумя руками.	Подлезание под дугу. Равновесие. Прыжки на двух ногах между предметами. Лазание под дугу. Прокатывание мяча
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Автомобили»	«У медведя во бору»	«Кот и мыши»
Малоподвижные игры	Самомассаж «Неболейка»	«Маленькие ножки»	«По ровненькой дорожке»	«Угадай, кто позвал?

Содержание организованной образовательной деятельности **НОЯБРЬ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	С кубиками	Без предметов	С мячом	С флажками
Основные виды движений	Равновесие Прыжки на двух ногах. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий Бросание мяча вверх	Прыжки на двух ногах. Прокатывание мячей друг другу Прыжки на двух ногах между предметами Перебрасывание мяча	Броски мяча о землю и ловля его двумя руками Ползание по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах между предметами	Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком. Ползание по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах. Упражнение пингвины с мешочком между колен. Кто дальше бросит
Подвижные игры	«Салки»	«Самолёты»	«Лисы и куры»	"Цветные автомобили"
Малоподвижные игры	«Найди и помолчи»	«На горе стояли зайцы»	«Петрушка»	«Летает – не летает»

Содержание организованной образовательной деятельности **ДЕКАБРЬ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения в равновесии.
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне.			
ОРУ	С платочками	С мячом	Без предметов	С кубиками
Основные виды движений	Равновесие – ходьба по шнуру, положенному прямо. Прыжки через 4-5 брусков, со взмахом рук. Ходьба по шнуру, положенному по кругу Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров Прокатывание мячей между предметами.	Прыжки со скамейки (20см). Прокатывание мячей между набивными мячами. Прыжки со скамейки (25см). Прокатывание мячей между предметами. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см).	Перебрасывание мячей друг другу. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Перебрасывание мячей друг другу. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ходьба между предметами с перешагиванием.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват с боков. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставными шагами. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием.
Подвижные игры	«Лиса и куры»	«Дед Мороз»	«Зайцы и волк»	«Снежинки и ветер»
М/п игры	«Найди и помолчи»	Массаж бат «Снеговик»	«Ручеёк»	Массаж бат «Неболейка»

Содержание организованной образовательной деятельности **ЯНВАРЬ средняя группа**			
Занятия Этапы занятий	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, змейкой, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий		
ОРУ	С мячом	С лентами	С обручем
Основные виды движений	Прыжки со скамейки (25см) Передача мяча в паре Отбивание малого мяча одной рукой о пол и ловля его двумя руками Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд Ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд	Отбивание мяча о пол. Ползание по гимнастической скамейке. Прокатывание мячей друг другу. Ползание на четвереньках. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура.	Лазанье под шнур боком, не касаясь пола. Ходьба по скамейке с мешочками на голове. Лазанье под шнур боком и прямо, не касаясь пола. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в ряд.
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Лошадки»	«Автомобили»
Малоподвижные игры	«Как живёшь?»	Массаж бат «Снеговик»	«Отгадай, чей голосок»

Содержание организованной образовательной деятельности **ФЕВРАЛЬ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задания в прыжках.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.
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 врассыпную с остановкой, перестроение в звенья. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	Без предмета	На стульчиках	С мячом	С палкой
Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом. Прыжки через бруски. Ходьба через набивные мячи, высоко поднимая колени. Прыжки через шнур Перебрасывание мячей друг другу.	Прыжки из обруча в обруч на двух ногах. Прокатывание мячей между предметами. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров. Прокатывание мячей друг другу. Ходьба на носках.	Перебрасывание мячей друг другу Ползание по скамье на четвереньках. Метание мешочков в вертикальную цель. Прыжки на двух ногах между предметами.	Ползание по гимнастической скамейке. Равновесие- ходьба через бруски, высоко поднимая колени. Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки на правой и левой ноге.
Подвижные игры	«Снежинки и ветер»	«Самолёты»	"Дед Мороз"	«Зайцы и волк»
Малоподвижные игры	Массаж бат «Неболейка»	«Петрушка»	«Карусели»	«Пузырь»

Содержание организованной образовательной деятельности **МАРТ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде, в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу врассыпную.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу; повторить ползание по скамейке; упражнения в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную, полуприседе. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу.			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	С флажками
Основные виды движений	Ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд. Прыжки на двух ногах через шнур справа, слева. Ходьба и бег по наклонной доске.	Прыжки в длину с места. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы. Прокатывание мяча друг другу.	Прокатывание мячей между предметами. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. Ходьба по скамейке с мешочками на голове.	Прыжки на двух ногах через шнуры. Лазание по гимнастич. стенке с передвижение по третьей рейке. Ходьба по доске на носках. Прыжки на двух ногах через шнуры.
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Бездомный заяц»	«Самолёты»	«Охотник и зайцы»
Малоподвижные игры	Массаж «Кап на тучке ночевал»	«По ровненькой дорожке»	«Отгадай, чей голосок»	«Пяточка - носочек»

Содержание организованной образовательной деятельности **АПРЕЛЬ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в рассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по сигналу; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием.			
ОРУ	Без предметов	С кеглей	С мячом	С лентой
Основные виды движений	Прыжки на двух ногах через препятствия. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров. Метание мешочков в горизонтальную цель.	Прыжки в длину с места Метание мешочков в горизонтальную цель. Метание мяча в вертикальную цель. Отбивание мяча одной рукой.	Метание мешочков на дальность. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони. Прыжки на двух ногах.	Ходьба по доске. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки на двух ногах между предметами.
Подвижные игры	«Пробеги тихо»	«Совушка»	«Кот и мыши»	«Гуси, гуси»
Малоподвижные игры	«Угадай, кто позвал»	Массаж «Суп»	«На горе стояли зайцы»	«Пяточка носочек»

Содержание организованной образовательной деятельности **МАЙ средняя группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	Повторить ходьбу и бег с повторением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.
Вводная часть	Ходьба и бег: парами, врассыпную, со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; перестроение в три колонны; бег «Лошадка».			
ОРУ	Без предметов	С кубиком	С палкой	С мячом
Основные виды движений	Ходьба по доске лежащей на полу приставляя пятку к носку. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с приседанием по середине. Прыжки в длину с места через шнуры. Прокатывание мяча между кубиками змейкой.	Прыжки в длину с места через шнур. Перебрасывание мячей друг другу. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах вместе. Перебрасывание мячей друг другу в парах. Метание мешочков на дальность.	Метание в вертикальную цель. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Метание в вертикальную цель. Ползание по гимнастической скамейки с опорой на ладони и ступни. Прыжки через короткую скакалку.	Равновесие- ходьба по скамейке с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева. Лазание на гимнастическую стенку и спуск с неё. Равновесие- ходьба по доске.
Подвижные игры	«Летает, не летает»	«Затейники»	«Зайцы и волк»	«Гуси, гуси»
Малоподвижные игры	«Пузырь»	«Карусели»	«Маленькие ножки»	Игра на внимание

Содержание организованной образовательной деятельности **СЕНТЯБРЬ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасыванием мяча.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках на высоту и ловкость в бросках мяча верх.	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча верх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, между предметами, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в две колонны.			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С гимнастической палкой
Основные виды движений	Ходьба по скамейке Прыжки на двух ногах между предметами. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Броски мяча о пол между шеренгами.	Прыжки на двух ногах Бег в среднем темпе 1,5 минуты Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание на четвереньках между предметами	Ползание по скамейке с опорой на ладони и колени. Ходьба по канату боком. Броски мяча вверх двумя руками и ловля его с хлопком в ладоши Перебрасывание мячей	Пролезание в обруч боком Ходьба с перешагиванием через препятствие Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между колен
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Гуси, гуси»	«Удочка» «Ловишки»	«Мы весёлые ребята»
Малоподвижные игры	«Гонка мячей»	«Ручеёк»	Массаж «Кап на тучке ночевал»	«Берег - река»

Содержание организованной образовательной деятельности **ОКТЯБРЬ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по скамейке, в прыжках и перебрасывании мяча.	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предметов	С гимнастической палкой	С малым мячом	С обручем
Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; боком Прыжки на двух ногах ч/з степы Прыжки на двух ногах через шнуры справа и лева. Передача мяча двумя руками от груди.	Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги Броски мяча друг другу из за головы Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	Метание мяча в горизонтальную цель. Подлезание под дугу прямо и боком. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Пролезание в обруч боком. Ходьба по гимнастической скамейке через предмет. Прыжки в длину с места на мат. Ползание на четвереньках Ходьба по гимнастической скамейке, присесть на середине и хлопнуть в ладоши.
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Гуси- лебеди»
Малоподвижные игры	«У кого мяч?»	Муз. игра «Самолёт»	Массаж «Свинка»	Игра на внимание

Содержание организованной образовательной деятельности **НОЯБРЬ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывания мяча.	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь в перед; упражнять в ползании и переброске мяча.	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умении ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал.			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С большим мячом	На гимнастической скамейке
Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. Передача мяча в парах двумя руками с низу; из –за головы Ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной.	Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно. Ползание на животе по гимнастической скамейке. Ведение мяча в ходьбе.	Ведение мяча в ходьбе одной рукой с продвижением вперед. Пролезание в обруч прямо и боком. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Подлезание под шнур боком и прямо Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на правой и левой ноге . Ходьба между предметами на носках.
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Выше ноги от земли»	«Удочка» «Медведи и пчелы»	«Хитрая лиса»
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	«Гонка мячей»	«Летает - не летает»	«Угадай чей голос»

Содержание организованной образовательной деятельности **ДЕКАБРЬ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке и ведении мяча между предметами.	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнение с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге в рассыпную, в лазанье на стенку; в равновесии и прыжках.
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, врассыпную, с выполнением заданий, 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.			
ОРУ	С обручем	С флажками	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	Ходьба по наклонной доске боком и прямо перешагивая ч/з бруски Прыжки на двух ногах через бруски. Броски мяча друг другу из-за головы. Прыжки на двух ногах между степами	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание на четвереньках между предметами. Прыжки попеременно на правой и левой ноге 5м. Ползание по прямой подталкивая мяч головой.	Передача мяча в парах Ползание по гимнастической скамейке на животе. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Прыжки ч/з степы	Лазание по гимнастической лестнице. Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики Прыжки на двух ногах между кеглями на двух ногах с мешочком зажатым между колен.
Подвижные игры	«Ловишка с лентами»	«Не оставайся на полу»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру».	«У кого мяч»	«Берег - река»	Массаж бат «Снеговик»

Содержание организованной образовательной деятельности **Январь старшая группа**			
Занятия	2 неделя	3 неделя	4 неделя

Этапы занятий			
Задачи	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на стенку, не пропуская реек.
Вводная часть	Ходьба и бег, между предметами на носках, пятках, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег.		
ОРУ	Со шнуром	На гимнастической скамейке	С обручем
Основные виды движений	Прыжки в длину с места. Проползание под дугами на четвереньках подталкивая мяч. Броски мяча вверх. Переползание через предметы и подлезание под дугу в группировке. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками с низу 2,5м.	Ходьба с перешагиванием через бруски Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока о пол. Пролезание в обруч правым и левым боком.	Лазание по гимнастической стенке. Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед ноги врозь - вместе Ведение мяча. Прыжки через шнуры на двух ногах. Ведение мяча.
Подвижные игры	«Совушка»	«Два Мороза»	«Хитрая лиса»
Малоподвижные игры	«Гонка мячей»	Массаж бат «Неболейка»	«Мячик кверху»

Содержание организованной образовательной деятельности **ФЕВРАЛЬ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить эстафеты С мячом С прыжками С лазанием	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в отбивании мяча об пол.	Повторить эстафеты С мячом С прыжками С лазанием Закрепить умения: • работы в команде • выполнять правила	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазание на стенку. Не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.
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	С палкой	С большим мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	Бег с кеглей в обе стороны Прыжки из обруча в обруч Проползти под дугами Прыжки на фитболе	Прыжки в длину с места. Отбивание мяча о пол одной рукой продвигаясь в перед.	Бег с кеглей в обе стороны Прыжки из обруча в обруч Проползти под дугами Прыжки на фитболе	Лазание на гимнастическую стенку. Ходьба по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. Отбивание мяча в ходьбе 8м.
Подвижные игры	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка»	«Гуси-лебеди»
Малоподвижные игры	Игра по выбору детей.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Содержание организованной образовательной деятельности **МАРТ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по скамейке, в равновесии и прыжках.	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	С малым мячом.	Без предмета	С кубиком	С обручем
Основные виды движений	Ходьба по канату боком приставным шагом Прыжки из обруча в обруч. Передача мяча в парах и ловля его после отскока об пол	Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой Ползание на четвереньках между предметами. Ползание на четвереньках по прямой 5м.	Лазание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с приседание посередине. Прыжки вправо и влево через шнур с продвижением вперёд.	Лазание под шнур боком. Метание мешочков в горизонтальную цель 3м. Ходьба и ползание между предметами Метание мешочков в Ходьба с перешагивание через степы
Подвижные игры	«Мыши водят хоровод»	«Медведи и пчелы»	«Караси и щука»	«Не оставайся на полу»
Малоподвижные игры	«Море волнуется»	Массаж «Неболейка»	Игра на внимание	«Берег - река»

Содержание организованной образовательной деятельности **АПРЕЛЬ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой;	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.
Вводная часть	Ходьба на носках, с перешагивание через шнуры, бег между предметами, на носках пронося прямые ноги через стороны; повороты направо, налево.			
ОРУ	С гимнастической палкой	С короткой скакалкой	С малым мячом	Без предметов
Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке руки в стороны. Прыжки через бруски. Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая вперед.	Метание мешочков в вертикальную цель 2,5м. Ходьба по скамейке с перешагивание через предметы. Ходьба по скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. Ползание по скамейке на ладонях и ступнях.	Лазание на гимнастическую стенку. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь в перед. Ходьба по канату боком приставным шагом. Перепрыгивание через шнур в право и влево, продвигаясь в перед. Ходьба на носках между мячами.
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Стой»	«Удочка»	«Горелки»
Малоподвижные игры	«Петрушка»	Ходьба в колонне по одному.	На горе стояли зайцы	«Угадай, чей голосок?»

Содержание организованной образовательной деятельности **МАЙ старшая группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя

Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и врассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с поворотом по сигналу, с перешагиванием через шнуры, между предметами, с изменением .			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	Ходьба по скамейке перешагивая через бруски Прыжки на двух ногах с продвижением в перед. Передача мяча в парах Ходьба по скамейке боком	Прыжки в длину с места Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. Ползание по прямой на ладонях и ступнях. Лазание под дугу.	Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя. Пролезание в обруч правым и левым боком. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с приседанием по середине. .	Ползание по скамейке на животе. Ходьба с перешагиванием через степы. Прыжки на двух ногах между степами.
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Выше ноги от земли»	«Гуси, гуси»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»	«Кто ушёл?»	«Отгадай, чей голосок?»	«Отгадай, кто !»

Содержание организованной образовательной деятельности **СЕНТЯБРЬ подготовительная группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; Диагностировать прыжки в длину с места. Повторить упражнения с мячом и	Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной с чётким фиксированием поворотом; повышать ловкость в упражнениях с мячом.	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу; в ползании по скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. Диагностировать метание.

	опоре. Развивать точность движений при перебросе мяча.	лазанье под шнур, не задевая его.	Диагностировать бег 30 м.	
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, с нахождением своего места, с изменением положения рук. Перестроение в колонну по три.			
ОРУ	Без предмета	С флажками	С малым мячом	С палками
Основные виды движений	Ходьба по скамейке приставляя пятку к носку Прыжки на двух ногах через шнуры. Передача мяча в парах из – за головы; от груди.. Прыжки на двух ногах через степы.	Прыжки в длину с места Перебрасывание мяча через шнур друг другу. Лазание под шнур. Прыжки на двух ногах между предметами. Упражнение «Крокодил»	Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке на животе. Бег 30 м. Ходьба по скамейке с поворотом на середине.	Ползание по скамейке на ладонях и коленях. Метание мешочка в даль. Прыжки из обруча в обруч. Лазание в обруч правым и левым боком. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры.
Подвижные игры	«Ловишки»	«Выше ноги от земли»	«Удочка»	«Не попадись» «Горелки»
Малоподвижные игры	Массаж «Кап на тучке ночевал»	«Летает - не летает»	Игра на внимание.	«Берег река»

Содержание организованной образовательной деятельности **ОКТЯБРЬ подготовительная группа**					
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	
Задачи	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнения на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами, с изменением направления, с перепрыгиванием через предметы, с изменение темпа. Перестроение в три колонны.				
ОРУ	Без предмета	С обручем	С гимнастической палкой	С мячом	
Основные виды движений	Ходьба по скамейке, руки за головой, посередине присесть и идти дальше. Прыжки на правой и левой	Прыжки с высоты на мат. Отбивание мяча одной рукой. Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении.	Ведение мяча по прямой. Ползание по скамейке. Ходьба по рейке гимнастической скамейке. Ведение мяча между	Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой. Прыжки на правой и левой ноге между	

Содержание организованной образовательной деятельности **НОЯБРЬ подготовительная группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; ползании по скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Упражнять в ходьбе и беге змейкой между предметами; повторить ведение мяча с продвижение вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	Закреплять навык ходьбы со сменой между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с изменением темпа и направления движения, с заданием, между предметами, змейкой, врассыпную. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	Без предметов	С короткой скакалкой	С кубиком	Без предметов.
Основные виды движений	Ходьба по канату боком и приставным шагом. Прыжки на двух ногах через шнуры. Эстафета с мячом. Прыжки на правой и левой ноге. Броски мяча в корзину двумя руками.	Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперед. Ползание на скамейке на ладонях и ступнях с мешочком на спине.	Ведение мяча в прямом направлении и между предметами. Лазание под дугу. Ходьба на носках, руки за головой между конусвми Метание мешочков в горизонтальную цель 3-4м. .	Лазание на гимнастическую стенку. Прыжки на двух ногах через шнур с права и слева. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки в перед. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Караси и щука»	«Кот и мыши»	«Море волнуется»
Малоподвижные игры	«Угадай, чей голосок?»	Ходьба в колонне по одному.	«Летает - не летает»	Игра на внимание.

Содержание организованной образовательной деятельности **ДЕКАБРЬ подготовительная группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в беге врассыпную; В сохранении равновесия при ходьбе в усложнённой ситуации. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорение и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорение и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке по медвежьи; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, с заданиями, с изменением темпа, врассыпную, с чередованием ходьбы и бега, с поворотом. Перестроение в две и три колонны.			
ОРУ	Без предметов в парах	Без предметов	С малым мячом	Без предметов
Основные виды движений	Упражнения на скамье в равновесии (с приседанием, поворотом, перешагивая через предметы) Прыжки на двух ногах «змейкой» Подбрасывание мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Передачи мяча в паре.	Прыжки на правой и левой ноге попеременно. Передача мяча в колонне. Ползание по скамейке на ладонях и ступнях. Прыжки на ногах между предметами. Прокатывание мяча между предметами. Ползание под шнур правым и левым боком.	Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке на животе. Ходьба по рейке скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой. Перебрасывание мячей в парах. .	Ползание по скамейке на ладонях и коленях. Ходьба по скамейке приставным шагом. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатым между колен. Лазание по гимнастической стенке.
Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Салки с ленточкой»	«Два Мороза»	«Зимушка - зима»
Малоподвижные игры	«Берег - река».	Массаж бат «Снеговик»	«Эхо»	Массаж бат «Неболейка»

Содержание организованной образовательной деятельности **ЯНВАРЬ подготовительная группа**			
Занятия Этапы занятий	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнения с мячом и ползании по скамейке.	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранения равновесия и в прыжках.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, с заданиями, с изменением темпа, врассыпную, с чередованием ходьбы и бега, с поворотом. Перестроение в две и три колонны.		
ОРУ	С кубиком	С малым мячом	Со скакалкой
Основные виды движений	Прыжок в длину с места. «Поймай мяч». Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши. Ползание на скамейке на ладонях и коленках с мешочком на спине.	Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. Лазание под шнур правым и левым боком. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через кубики. Переброска мячей друг другу. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, затем лазание под шнур и сова на четвереньки. Ходьба на носках между предметами с руками на поясе.	Ползание по скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. Ходьба по двум скамейкам парами, держась за руки. Прыжки через короткую скакалку. Ползание на четвереньках между предметами. Ходьба по рейке скамейке, руки за голову. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Совушка»	«Удочка»	«Паук и мухи»
Малоподвижные игры	«отгадай, что изменилось»	«По ровненькой дорожке».	Игра по выбору детей.

Содержание организованной образовательной деятельности **ФЕВРАЛЬ подготовительная группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком; упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч.	Повторить эстафеты встречные и линейные. Упражнять в: • передачи эстафет • умении контролировать эмоции • работа в команде	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, с заданиями, с изменением темпа, врассыпную, с чередованием ходьбы и бега, с поворотом. Перестроение три колонны.			
ОРУ	С обручем	С палкой	Без предмета	С мячом
Основные виды движений	Ходьба по скамейке с перешагиванием через бруски Передача мяча в парах с отскоком об пол Прыжки на двух ногах через степы. Ходьба по скамье приставляя пятку к носку.	Прыжки на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Передача мяча в парах Лазанье под дугу прямо и боком. Ползание между предметами на коленях и ладонях.	Лазанье на гимнастическую стенку. Метание мешочка в вертикальную цель. Ходьба по скамье с перешагиванием через бруски.	Ползание на четвереньках между предметами. Ходьба по скамье с хлопками перед собой и за спиной. Прыжок из обруча в обруч. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролёт.
Подвижные игры	«Ключи» «Гори, гори ясно!»	«Не оставайся на земле»	«Не попадись»	«Жмурки»
Малоподвижные игры	«Что изменилось»	.«Ручеёк»	«Берег - река»	«Угадай, чей голосок?»

Содержание организованной образовательной деятельности **МАРТ подготовительная группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом.	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Повторить ходьбу и бег с выполнение задания; упражнять в лазании на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами, с различным положением рук, с заданиями, с изменением темпа, врассыпную, с чередованием ходьбы и бега, с поворотом.			
ОРУ	С малым мячом	С флажками	С палкой	Без предметов
Основные виды движений	Ходьба по скамейке с заданиями. Прыжки ноги врозь - вместе. Передача мяча в шеренге. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед. Эстафеты с мячом.	Прыжки через короткую скакалку. Перебрасывание мяча через сетку двумя руками и ловля его после отскока от пола. Ползание под шнур, не касаясь руками пола. .	Метание мешочков в горизонтальную цель. Ходьба по скамейке с мешочком на голове. Ползание по скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. Ходьба между предметами змейкой с мешочком на голове.	Лазание на гимнастическую стенку. Ходьба по прямой, с перешагиванием через степы. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. Лазание под шнур прямо и боком.Передача мяча друг другу.
Подвижные игры	«Ключи»	«Затейники»	«Волк во рву»	«Совушка»
Малоподвижные игры	Мбат «Кап на тучке ночевал».	«По ровненькой дорожке»	Игра на внимание	Игра по выбору детей.

Содержание организованной образовательной деятельности **АПРЕЛЬ подготовительная группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнения на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами, с изменением направления, с перепрыгиванием через предметы, с изменение темпа. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	Без предмета	С обручем	С гимнастической палкой	С мячом
Основные виды движений	Ходьба по скамейке, руки за головой, посередине присесть и идти дальше. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры. Броски малого мяча в верх и ловля его двумя руками. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.	Прыжки с высоты на мат. Отбивание мяча одной рукой. Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении. Отбивание мяча одной рукой с забрасыванием в кольцо. Лазанье в обруч.	Ведение мяча по прямой. Ползание по скамейке. Ходьба по рейке гимнастической скамейке. Ведение мяча между предметами.	Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. Ходьба по скамейке хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг. Прыжки на двух ногах между предметами в конце прыгнуть в обруч.
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Копна, тропинка, кочки»	«Удочка»	«Гуси, гуси»
Малоподвижные игры	«Берег - река»	«Эхо»	«Летает - не летает»	Ходьба в колонне по одному.

Содержание организованной образовательной деятельности **МАЙ подготовительная группа**				
Занятия Этапы занятий	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Задачи	Диагностировать скоростно – силовые качества; Развивать выносливость	Диагностировать скоростные качества; Развивать выносливость	Диагностировать выносливость. Укреплять мышцы пресса.	Развивать выносливость, силу. Укреплять мышцы пресса.
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с изменением темпа и направления движения, с заданием, между предметами, змейкой, врассыпную. Перестроение в три колонны.			
ОРУ	Без предметов	С короткой скакалкой	С кубиком	Без предметов.
Основные виды движений	Прыжок в длину с места. Метание мешочка вдаль. Равномерный бег 3 мин.	Бег с ускорением 30 м. Равномерный бег 4 мин.	Равномерный бег на 1000м. Упражнения на пресс.	Равномерный бег на 1000м. Упражнения на пресс. Сгибать и разгибать руки в упоре лёжа.
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Караси и щука»	«Кот и мыши»	«Море волнуется»
Малоподвижные игры	«Угадай, чей голосок?»	Ходьба в колонне по одному.	«Летает - не летает»	Игра на внимание.

2.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Направление культурной практики	Вид культурной практики	Формы реализации культурной практики
Игровые культурные практики	Совместная игра	игра с правилами, подвижная игра / подвижная игра с правилами.
Коммуникативные культурные практики	Ситуации общения	Беседа, коммуникативная ситуация, ситуативный разговор, акции.
Образовательные культурные практики	Детский досуг	Развлечения, спортивные соревнования, спортивный праздник

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

Направление работы	Содержание деятельности	Способы поддержки детской инициативы *(технологии, приемы, формы работы)*
Позиция педагога	• дарить детям эмоциональную поддержку, защиту и чувство безопасности, являясь для них надежными и близкими людьми; • быть внимательными к желаниям, потребностям и чувствам детей и принимают их всерьез; • осознавать, что они являются примером для детей и создают в детском учреждении климат, характеризующийся взаимным уважением; • привлекать детей к планированию и организации совместной жизни и создавать рамки, внутри которых дети могут выражать свои желания и предлагать свои идеи и мысли; • поддерживать детей в том, чтобы договариваться и идти на компромиссы при наличии у них различных ожиданий; • поощрять детей задавать вопросы и поддерживают их при поиске ответов.	
Организация детей	Поддержка детских высказываний; дети принимают участие в планировании деятельности, в выборе подвижной игры, малоподвижной игры.	

2.4. Планирование взаимодействия с семьями обучающихся

1.	Индивидуальные рекомендации и беседы.	в течение года	Инструктор по физкультуре
2.	Неделя открытых занятий «Семейная физкультура»	ноябрь, апрель	Инструктор по физкультуре
3.	Приглашение родителей на зимний и летний детские спортивные праздники.	январь, июнь	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп

4.	Консультации на родительских собраниях: - «Игры детей летом» - рекомендации родителям по физкультурно-оздоровительному развитию детей на летний период.	май	Инструктор по физкультуре, муз. рук., медсестра, заведующая Инструктор по физкультуре
5.	Наглядная информация – консультация на стендах: - профилактика плоскостопия; - «Как приучить детей делать утреннюю гимнастику»; - «Укрепляем мышцы спины пресса- формирование правильной осанки» - «Закаливание детей – воздушные и солнечные ванны, водные процедуры»; - «Азбука безопасного падения».	в течение года ноябрь декабрь февраль март апрель май	Инструктор по физкультуре

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности ежедневной организации жизни и деятельности обучающихся

Примерный режим двигательной активности детей

Форма работы	Вид занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурно-оздоровительная работа	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно (10)	Ежедневно (10)	Ежедневно (10)	Ежедневно (10)
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно на каждой прогулке	Ежедневно на каждой прогулке	Ежедневно на каждой прогулке	Ежедневно на каждой прогулке

	Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	Ежедневно (15)	Ежедневно (15)	Ежедневно (15)	Ежедневно (15)
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц (20)	1 раз в месяц (25)	1 раз в месяц (30)	1 раз в месяц (40)
	Физкультурный праздник		2 раза в год до 45 мин	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельна я двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Расписание организованной образовательной деятельности по физической культуре

Понедельник	Средняя группа «Одуванчики» Старшая группа «Васильки» 1 младшая группа «Огоньки»	9.30 15.30 15.55
Вторник	2 младшая группа «Колокольчики» 2 младшая «Ромашки» Подготовительная группа «Маргаритки»	9.00 9.25 10.20
Среда	Средняя группам «Одуванчики»	9.30

	Подготовительная группа «Семицветики» 1 младшая группа «Огоньки»	10.20 15.30
Четверг	2 младшая группа «Ромашки» 2 младшая группа «Колокольчики»	9.00 9.25
Пятница	Подготовительная группа «Семицветики» Подготовительная группа «Маргаритки» Старшая группа «Васильки»	9.00 9.40 10.20

Литература:

1. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
2. Методическое пособие: Комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности в детском саду. Младшая группа. Н.С. Галицына .-М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2016.
3. Методическое пособие: Комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности в детском саду. Средняя группа. Н.С. Галицына .-М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2016.
4. Методическое пособие: Комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности в детском саду. Старшая группа. Н.С. Галицына .-М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2016.
5. Методическое пособие: Комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности в детском саду. Подготовительная группа. Н.С. Галицына .-М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2016.
6. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Конспекты занятий. Пензулаева Л.И. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ. 2016
7. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий. Пензулаева Л.И. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ. 2016
8. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. Пензулаева Л.И. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ. 2016
9. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. Конспекты занятий. Пензулаева Л.И. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ. 2016

10. «Волшебница вода». Пособие по экологическому образованию дошкольников «Наш дом – природа». Рыжова Н.А. М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1997.
11. «Воздух-невидимка». Пособие по экологическому образованию дошкольников «Наш дом – природа». Рыжова Н.А. М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1998.
12. «Мой родной дом». Программа нравственно-патриотического воспитания дошкольников. Под обш. ред. Т.И. Оверчук. – М.,2004.