

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №64 комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**  
Решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада №64  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол №2 от 31.08.2023 г.



**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий ГБДОУ детским садом №64  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
(Тимофеева Е.В.)  
Приказ №75 от 31.08.2023 г.

**Подписано цифровой подписью: Тимофеева Елена Васильевна**

DN: E=uc\_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, ИНН ЮЛ=7710568760, OGRN=1047797019830,  
STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1", L=г. Москва, C=RU,  
O=Казначейство России, CN=Казначейство России

Причина: Этот документ утверждён Местонахождение: Санкт-Петербург Дата: 31 Август  
2023 г. 17:09:39

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**инструктора по физической культуре  
Егоровой Марии Михайловны  
Группы (2 – 7 лет)**



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>Страница</b>
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи рабочей программы инструктора по ФК	3
	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	3
	Возрастные особенности физического развития детей 2-7 лет	3
	Планируемые результаты освоения программы	8
<b>2.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
<b>2.1.</b>	Содержание образовательной работы с детьми по области «Физическое развитие»	<b>10</b>
	Группа раннего возраста (2-3 года)	<b>10</b>
	Группа младшего дошкольного возраста (3-4 года)	<b>11</b>
	Группа среднего дошкольного возраста (4-5 лет)	<b>15</b>
	Группа старшего дошкольного возраста (5-6 лет)	<b>19</b>
	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	<b>26</b>
<b>2.2.</b>	Перспективное планирование работы с воспитанниками на 2021-2022 учебный год	
	Группа раннего возраста (2-3 года)	<b>36</b>
	Группа младшего дошкольного возраста (3-4 года)	<b>47</b>
	Группа среднего дошкольного возраста (4-5 лет)	<b>59</b>
	Группа старшего дошкольного возраста (5-6 лет)	<b>71</b>
	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	<b>84</b>
<b>2.3.</b>	Интергация с другими образовательными областями	<b>96</b>
<b>2.4.</b>	Система педагогического мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования и образовательной программы	<b>97</b>
<b>2.5.</b>	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	<b>98</b>
<b>2.6.</b>	Используемые современные образовательные технологии	<b>99</b>
<b>3.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
<b>3.1.</b>	Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)	<b>100</b>
<b>3.2.</b>	Материально – техническое оснащение программы	<b>100</b>
<b>3.3.</b>	Распределение видов детской деятельности в течение дня	<b>103</b>
<b>3.4.</b>	Структура реализации образовательной деятельности	<b>103</b>
<b>3.5.</b>	Организация двигательного режима в группах	<b>103</b>
<b>3.6.</b>	Система физкультурно – оздоровительной работы	<b>104</b>
<b>3.7.</b>	Создание развивающей предметно – пространственной среды физкультурного зала	<b>105</b>
	<b>Приложение №1</b> Учебный план	<b>106</b>
	<b>Приложение № 2</b> Педагогический мониторинг	<b>107</b>
	<b>Приложение № 3</b> Перспективное планирование праздников, досугов и развлечений на 2023-2024 учебный год	<b>110</b>

## **1.Целевой раздел рабочей программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по направлению «Физическое развитие» Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 64 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга, является обязательным педагогическим документом инструктора по физической культуре, обеспечивающим систему образовательной работы с детьми по реализации образовательной программы дошкольного образования в группах общеразвивающей направленности на русском языке в очной форме. Рабочая программа предусматривает реализацию образовательной программы дошкольного образования в группе с 12- часовым пребыванием воспитанников при пятидневной рабочей неделе.

Сроки реализации рабочей программы: 01 сентября 2023 г. – 31августа 2024 г.

### **1.2. Цель и задачи рабочей программы инструктора по ФК**

<u>Цель</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни, приобщение к здоровому образу жизни;</li><li>– Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей;</li><li>– Развитие двигательной и гигиенической культуры детей.</li></ul>
<u>Задачи</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;</li><li>– Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;</li><li>– Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;</li><li>– Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.</li></ul>
<u>Принципы и подходы к формированию рабочей программы</u>	<ul style="list-style-type: none"><li>– Принцип индивидуализации, учета возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка;</li><li>– Принцип признания каждого ребенка полноправным участником образовательного процесса;</li><li>– Принцип поддержки детской инициативы и формирования познавательных интересов каждого ребенка;</li><li>– Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;</li><li>– Принцип сотrudничества с семьями воспитанников.</li></ul>
<u>Возрастные особенности физического развития детей 2-7 лет</u>	<p>Возрастные группы: Ранний возраст-1 группа; младший возраст – 3 группы; средний возраст – 2 группы; старший возраст– 2 группы; подготовительный к школе – 2 группы.</p> <p><b>Ранний дошкольный возраст (2-3 года)</b> Ребенок стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Эмоционально откликается на игру, предложенную взрослым, принимает игровую задачу. Прояв-</p>

ляет интерес к совместным играм с небольшими группами сверстников, стремится двигаться под музыку. У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений. С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

#### **Младший дошкольный возраст (3-4 года)**

На рубеже трех лет любимым выражением ребенка становится «Я сам!» Отделение себя от взрослого и вместе с тем желание быть как взрослый - характерное противоречие кризиса трех лет.

В младшем дошкольном возрасте поведение ребенка произвольно, действия и поступки ситуативны, их последствия ребенок чаще всего не представляет, нормативно развивающемуся ребенку свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему. Дети 3-4-х лет усваивают элементарные нормы и правила поведения, связанные с определенными разрешениями и запретами («можно», «нужно», «нельзя»).

Одним из основных компонентов развития двигательной сферы ребенка является уровень развития моторной координации. В этот период высока потребность ребенка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребенок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

Внимание детей четвертого года жизни произвольно, однако его устойчивость зависит от интереса к деятельности. Обычно ребенок этого возраста может сосредоточиться в течение 10-15 минут, но привлекательное для него дело может длиться достаточно долго. Память детей непосредственна, произвольна и имеет яркую эмоциональную окраску. Дети сохраняют и воспроизводят только ту информацию, которая остается в их памяти без всяких внутренних усилий. Мышление трехлетнего ребенка является наглядно-действенным. В 3 года воображение только начинает развиваться, и прежде всего это происходит в игре.

В 3-4 года ребенок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре. Однако ему все еще нужны поддержка и внимание взрослого.

Начинает проявлять интерес и избирательность по отношению к различным видам музыкально-художественной деятельности (пению, слушанию, музыкально - ритмическим движениям).

#### **Средний дошкольный возраст (4-5 лет)**

Дети 4—5 лет все еще не осознают социальные нормы и правила поведения, однако у них уже начинают складываться обобщенные представления о том, как надо и не надо себя вести. В этом возрасте у детей появляются представления о том, как положено себя вести девочкам и как - мальчикам. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только в поведении другого, но и в своем собственном. Таким образом, поведение ребенка 4-5 лет не столь импульсивно и непосредственно, как в 3-4 года, хотя в некоторых ситуациях ему все еще требуется напоминание взрослого или сверстников о необходимости придерживаться тех или иных норм и правил.

Восприятие в этом возрасте постепенно становится осмысленным, целенаправленным и анализирующим. В среднем дошкольном возрасте связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной, как раньше. Внимание становится все более устойчивым, в отличие от возраста трех лет (если ребенок пошел за мячом, то уже не будет отвлекаться на другие интересные предметы). Важным показателем развития внимания является то, что к пяти годам появляется действие по правилу - первый необходимый элемент произвольного внимания. Именно в этом возрасте дети начинают активно играть в подвижные игры с правилами (прятки, салочки). В среднем дошкольном возрасте интенсивно развивается память ребенка. В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения). У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребенок пятого года жизни реагирует повышенной обидчивостью.

Но при этом взрослому следует учитывать несформированность волевых процессов, зависимость поведения ребенка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.

#### **Старший дошкольный возраст (5-6 лет)**

Ребенок 5-6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения - формируется возможность саморегуляции, дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так, они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу. Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения. В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребенка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребенок наделяет себя настоящего в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем. В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на сверстников, большую часть времени проводят с ними в совместных играх, их оценки и мнения становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. Свои предпочтения дети объясняют успешностью того или иного ребенка в игре. В этом возрасте дети имеют дифференцированное представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам (женские и мужские качества, особенности проявления чувств, эмоций, специфика гендерного поведения). Значительные изменения происходят в игровом взаимодействии, в котором существенное место начинает занимать совместное обсуждение правил игры. При распределении детьми этого возраста ролей для игры можно иногда наблюдать и попытки совместного решения проблем («Кто будет...»). Вместе с тем согласование действий, распределение обязанностей у детей

чаще всего возникают еще по ходу самой игры. Игровые действия становятся разнообразными. Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков — более порывистые, у девочек — мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка.

Возрастает способность ребенка ориентироваться в пространстве. Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20-25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым. Объем памяти изменяется не существенно, улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приемы и средства. В 5-6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и представлений о свойствах различных предметов и явлений. Возраст 5-6 лет можно охарактеризовать как возраст овладения ребенком активным (продуктивным) воображением, которое начинает приобретать самостоятельность, отделяясь от практической деятельности и предваряя ее. Образы воображения значительно полнее и точнее воспроизводят действительность. Ребенок четко начинает различать действительное и вымышленное. Действия воображения — создание и воплощение замысла — начинают складываться первоначально в игре.

Он способен удерживать в памяти большой объем информации. Повышаются возможности безопасности жизнедеятельности ребенка 5-6 лет. Это связано с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребенок становится способным встать на позицию другого). Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребенку видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдаленные последствия собственных действий и поступков и действий и поступков других людей.

Совершенствуется качество музыкальной деятельности. Творческие проявления становятся более осознанными и направленными (образ, средства выразительности продумываются и сознательно подбираются детьми).

#### **Подготовительный к школе возраст (6-7 лет)**

Ребенок на пороге школы (6-7 лет) обладает устойчивыми социально-нравственными чувствами и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения. Мотивационная сфера дошкольников 6-7 лет расширяется за счет развития таких социальных мотивов, как познавательные, просоциальные (побуждающие делать добро), самореализации. Поведение ребенка начинает регулироваться также его представлениями о том, что хорошо и что плохо. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои

поступки. Ребенок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых. К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержанны и избирательны в эмоциональных проявлениях. К концу дошкольного возраста у них формируются обобщенные эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения - ребенок может не только отказаться от нежелательных действий или хорошо себя вести, но и выполнять неинтересное задание, если будет понимать, что полученные результаты принесут кому-то пользу, радость и т. п. Благодаря таким изменениям в эмоциональной сфере поведение дошкольника становится менее ситуативным и чаще выстраивается с учетом интересов и потребностей других людей. Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребенка со взрослым. Большую значимость для детей 6-7 лет приобретает общение между собой. Их избирательные отношения становятся устойчивыми, именно в этот период зарождается детская дружба. Дети продолжают активно сотрудничать, вместе с тем у них наблюдаются и конкурентные отношения — в общении и взаимодействии они стремятся в первую очередь проявить себя, привлечь внимание других к себе. Однако у них есть все возможности придать такому соперничеству продуктивный и конструктивный характер и избегать негативных форм поведения. К семи годам дети определяют перспективы взросления в соответствии с гендерной ролью, проявляют стремление к усвоению определенных способов поведения, ориентированных на выполнение будущих социальных ролей. К 6-7 годам ребенок уверенно владеет культурой здоровья.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость произвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости детей. Сосредоточенность и длительность деятельности ребенка зависит от ее привлекательности для него. Внимание мальчиков менее устойчиво. В 6-7 лет у детей увеличивается объем памяти, что позволяет им произвольно запоминать достаточно большой объем информации. Девочек отличает больший объем и устойчивость памяти. Воображение детей данного возраста становится, с одной стороны, богаче и оригинальнее, а с другой — более

	<p>логичным и последовательным, оно уже не похоже на стихийное фантазирование детей младших возрастов.</p> <p>В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщенных представлений о свойствах различных предметов и явлений.</p>
<p>Планируемые результаты освоения программы в группе раннего возраста (2-3 года)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- К концу года дети могут: ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.</li> <li>- Прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т.д.</li> <li>- Ползать на четвереньках, по гимнастической стенке, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу.</li> <li>- Катать и бросать мяч. Ловить его, ударять об пол.</li> <li>- Метать предмет одной рукой.</li> </ul> <p>С удовольствием участвует в простых подвижных играх.</p>
<p>Планируемые результаты освоения программы в группе младшего дошкольного возраста (3-4 года)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развита крупная моторика, ребенок стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.);</li> <li>- С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями;</li> <li>- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление;</li> <li>- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями взрослого;</li> <li>- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;</li> <li>- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке, гимнастической стенке произвольным способом;</li> <li>- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;</li> <li>- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2 - 3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.</li> </ul>
<p>Планируемые результаты освоения программы в группе среднего дошкольного возраста (4-5 лет)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развита крупная моторика, ребенок стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.);</li> <li>- С интересом участвует в подвижных играх;</li> <li>- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой;</li> <li>- Отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд;</li> <li>- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м;</li> <li>- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;</li> <li>- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.</li> </ul>
<p>Планируемые результаты освоения программы в группе старшего дошкольного возраста (5-6 лет)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.</li> <li>- Развита крупная моторика, ребенок стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.);</li> <li>- С интересом участвует в подвижных играх; в упражнениях с элементами спортивных игр: бадминтон, футбол, хоккей;</li> <li>- Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;</li> <li>- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;</li> <li>- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 – 4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6м).</li> <li>- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;</li> <li>- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.</li> </ul>
<p>Планируемые результаты освоения программы воспитанников подготовительной к школе группе (6-7 лет)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развита крупная и мелкая моторика; ребенок подвижен, вынослив, владеет основными движениями, контролирует свои движения и управляет ими;</li> <li>- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);</li> <li>- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см; в высоту с разбега - не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;</li> <li>- Может бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 - 5м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 12 м, метать предметы в движущуюся цель.</li> <li>- Умеет перестраиваться в 3 - 4 колонны, в 2 - 3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый - второй», соблюдать интервалы во время передвижения;</li> <li>- Выполняет физические упражнения из разных исходных положен четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;</li> <li>- Следит за правильной осанкой;</li> <li>- Участвует в играх с элементами спорта (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей);</li> <li>- Имеет начальное представление о здоровом образе жизни.</li> <li>- Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.</li> </ul>

## **2. Содержательный раздел рабочей программы**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми по области «Физическое развитие»**

#### **Группа раннего возраста (2-3 года)**

#### **Задачи образовательной деятельности (в соответствии с ФГОС ДО)**

##### ***Приобретение двигательного опыта***

- Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.
- Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления движения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
- Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом.
- Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.
- Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения.
- Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки, как цыплята и т.п.)

#### **Содержание образовательной деятельности**

##### **Основные движения**

##### Построения, перестроения

Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, по два (парами)

##### Ходьба

Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, обходя предметы, приставным шагом.

##### Упражнения в равновесии

- Ходьба по прямой дорожке (20 см) с перешагиванием через предмет, по доске, гимнастической скамейке.
- Кружение в медленном темпе.

##### Бег

- Бег подгруппами и всей группой друг за другом, с изменением темпа.
- Бег между двумя шнурами, линиями.

##### Ползание, лазание

Ползание на четвереньках по прямой, по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, перелезание через бревно, лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз ( 1.5 м) удобным способом.

##### Катание, бросание, ловля, метание

- Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, под дугу, стоя и сидя, бросание вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка.

- Метание мячей, набивных мешочков, в горизонтальную цель.
- Ловля мяча, брошенного педагогом.

### Прыжки

- Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед, через шнур (линию).
- Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

### **Общеразвивающие упражнения**

#### Упражнения для кистей рук, плечевого пояса.

- Поднимать руки вперед, вверх, в стороны, скрещивать их перед грудью, отводить назад за спину, сгибать и разгибать их.
- Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать.

#### Упражнения для развития мышц спины и гибкости позвоночника.

- Повороты, наклоны, передавая предметы.
- Сгибание и разгибание ног, сидя на полу.
- Поднимание и опускание ног, лежа на спине.

#### Упражнения для развития и укрепления брюшного пресса и ног.

- Ходьба
- Сгибание ног в коленях, стоя, приседать с опорой, потягиваться, поднимаясь на носки, выставлять ногу вперед на пятку, шевелить пальцами.

### **Игры**

#### С ходьбой и бегом.

- «Догони мяч», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

#### С ползанием.

- «Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Целься точнее».

#### С бросанием и ловлей.

- «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в ворота».

#### С подпрыгиванием.

«Мой веселый звонкий мяч», «Зайка серенький сидит», «Птички в гнздышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве.

«Где звенит?», «Найди флажок».ывани

Движение под музыку.

«Поезд», «Зайка», «Колесики».д

### **Группа младшего дошкольного возраста (3-4 года)**

#### **Задачи образовательной деятельности (в соответствии с ФГОС ДО)**

#### **Приобретение двигательного опыта**

- Формировать и совершенствовать умения и навыки в основных видах движений
- Развивать умение ходить и бегать со свободными, координированными движениями рук и ног, не шаркая ногами, не опуская головы
- Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед
- Обучать принимать исходное положение, правильно приземляться в прыжках в длину и в высоту с места

- Обучать принимать правильное исходное положение в метании предметов
- Обучать хвату за перекладину во время лазанья, лазать, не пропуская реек
- Развивать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя и в ходьбе, правильное положение туловища, головы при выполнении упражнений в равновесии.
- Развивать умение энергично отталкивать предметы при катании, бросании, обучать ловле мяча.
- Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости, крупной и мелкой моторики обеих рук
- 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
- Обучать правильному освоению (не нанося ущерб организму) спортивного оборудования, инвентаря, аккуратному и бережному обращению с ним
- Развивать пространственную ориентировку при выполнении основных движений, упражнений, игр

#### **Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами**

Обеспечить развитие первичных представлений о некоторых видах спорта, посильных и привлекательных для детей данного возраста

##### **Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере**

- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям, проявлению положительных эмоций от двигательной деятельности
- Развивать умение правильно реагировать на речевые сигналы («Беги!», «Стой!», «Лови!», «Бросай!» и т. п.) и действовать в их соответствии
- Развивать умение выполнять правила в простых упражнениях, играх
- Способствовать развитию правильного выполнения движений, оценки их красоты и выразительности
- Развивать умение согласовать действий со сверстниками, проявляя аккуратность в движениях и перемещениях, соблюдать двигательную безопасность

##### **Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)**

- Развивать первичные представления о некоторых правилах и нормах здорового образа жизни: о процессах умывания, одевания, купания, еды, двигательном режиме, закаливании, полезных для здоровья привычках и основных действиях, сопровождающих их
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков: правильного совершения процессов умывания, мытья рук при незначительном участии взрослого, элементарного ухода за внешним видом, пользования носовым платком, туалетом, правильного приёма пищи без помощи взрослого, одевания и раздевания при участии взрослого

## Содержание образовательной деятельности

### Основные движения

#### Построения, перестроения

- Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, по два (парами)
- Равнение по ориентирам
- Перестроение в круг, колонну по два (парами), врассыпную, находя свое место в пространстве
- Повороты на месте направо, налево переступанием
- Размыкание и смыкание обычным шагом

#### Ходьба

- Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног
- Разные способы ходьбы: обычная, на носках, на месте с высоким подниманием колена, с заданиями
- Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим, по ориентирам, по кругу, «змейкой» между предметами, врассыпную.
- Ходьба с выполнением заданий: с остановками, с приседанием, с изменением темпа

#### Бег

- Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой)
- Бег с одного края площадки на другой, в колонне по одному
- Бег в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), по кругу, змейкой, врассыпную
- Бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место)
- Бег с изменением темпа: в медленном темпе в течение 50–60 сек., в быстром темпе на расстояние 10 м

#### Упражнения в равновесии

- Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м)
- Ходьба по доске, гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой
- Ходьба по ребристой доске
- Ходьба с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол.
- Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см)
- Медленное кружение в обе стороны

#### Прыжки

- Прыжки на двух ногах на месте
- Прыжки с продвижением вперед (расстояние 2–3 м)
- Прыжки из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними
- Прыжки с высоты 15–20 см
- Прыжки вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка
- Прыжки через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую).
- Прыжки через предметы (высота 5 см)
- Прыжки в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см)
- Прыжки в длину с места на расстояние не менее 40 см

#### Катание, бросание, ловля, метание

- Катание мяча друг другу
- Катание мяча между предметами, в воротца (ширина 50–60 см)
- Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м)
- Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м)
- Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м)

- Ловля мяча, брошенного педагогом (расстояние 70–100 см)
- Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд)

#### Ползание, лазание

- Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м)
- Ползание между предметами, вокруг них
- Подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола
- Пролезание в обруч
- Лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 м) приставным шагом

#### Танцевально- ритмическая гимнастика

- Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку

#### **Общеразвивающие упражнения**

- Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа)
- Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу

#### Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса

- Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно)
- Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой.
- Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину
- Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами

#### Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника

- Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево)
- Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками
- Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде
- Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны

#### Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног

- Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову
- Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях
- Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком
- Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни

### **Игры**

#### Подвижные игры с ходьбой и бегом

«Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет», «Самолеты», «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

### Подвижные игры с бегом

«Бегите ко мне», «Птички и птенчики», «Бегите к флажку», «Поезд», «Лохматый пес», «Бусинки», «Мыши и кот», «Петушок», «Рыбак», «Тихо бегают мышата», «Птички в гнездышках»

### Подвижные игры с прыжками

«По ровненькой дорожке», «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек», «С коски на кочку», «Поймай комара»

### Подвижные игры с подлезанием и лазанием

«Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки», «Медвежата», «Котята и щенята»

### Подвижные игры с бросанием и ловлей мяча

«Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!», «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет»

### Подвижные игры на ориентировку в пространстве

«Где звенит?», «Найди флажок», «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано»

### Подвижные игры с движением под музыку и пением

«Поезд», «Заинька», «Флажок», «Машина», «Большие и маленькие ноги», «На парад», «На лошадке», «Веселые птички и котик», «Скачут зайки на лужок», «Топают малыш»

## **Группа среднего дошкольного возраста (4-5 лет)**

### **Задачи образовательной деятельности (в соответствии с ФГОС ДО)**

#### **Приобретение двигательного опыта**

- Способствовать развитию умения согласовывать движения рук и ног с соблюдением красоты, лёгкости и грации движений, демонстрации пластичности и выразительности, своих двигательных возможностей
- Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки
- Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком
- Развивать умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках, сочетать отталкивание с взмахом рук
- Закреплять умения принимать правильное исходное положение при метании, в прыжках в длину и высоту с места
- Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений
- Обучать 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
- Развивать умение сохранять правильную осанку в процессе двигательной деятельности

#### **Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами**

- Обеспечить развитие первичных представлений о некоторых видах спорта: о спортивных играх, их разнообразии и пользе
- Привлекать к участию в подвижных играх разного характера, инициирования указанных игр
- Приобщать к самостоятельному использованию физкультурного оборудования и инвентаря в подвижных играх в группе и на улице

### **Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере**

- Развивать у детей потребность самостоятельного, активного, инициативного и произвольного осуществления двигательной деятельности в её различных формах
- Способствовать проявлению положительных эмоций от двигательной деятельности, развитию сотрудничества и помощи друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх
- Развивать умение соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, выполнять ведущую роль
- Способствовать развитию правильного выполнения движений, оценки их красоты и выразительности
- Развивать умение согласовать действий со сверстниками, проявляя аккуратность в движениях и перемещениях, соблюдать дистанцию во время передвижения и двигательную безопасность
- Способствовать проявлению организованности, инициативности, активности

### **Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)**

- Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни
- Развивать представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить
- Формировать основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью
- Закреплять основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.
- Развивать умение 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)

## **Содержание образовательной деятельности**

### **Основные движения**

#### Строевые упражнения

- Построение в колонну по одному по росту
- Равнение по ориентирам
- Повороты переступанием в движении и направо, налево, кругом на месте
- Размыкание в колонне – на вытянутые руки вперед, в шеренге – на вытянутые руки в стороны, смыкание приставным шагом
- Построение в шеренгу, в круг
- Самостоятельное перестроения из колонны по одному в два – три звена на ходу по зрительным ориентирам
- Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении

### Ходьба

- Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево)
- Ходьба в колонне по одному, по двое (парами)
- Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную
- Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук)
- Ходьба в чередовании с бегом, прыжками
- Ходьба с изменением направления, темпа, со сменой направляющего

### Бег

- Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом.
- Бег в колонне по одному, парами
- Бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную
- Бег с изменением темпа, со сменой ведущего (ведение колонны)
- Бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.)
- Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты
- Челночный бег 3 раза по 5 м
- Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью (3–4 раза)
- Бег на скорость (15–20 м, 2–3 раза)
- Бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года)

### Упражнения в равновесии

- Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см)
- Ходьба по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см)
- Ходьба по доске, гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы
- Ходьба по доске, гимнастической скамейке с поворотом
- Ходьба по доске, гимнастической скамейке с мешочком на голове
- Ходьба по доске, гимнастической скамейке ставя ногу с носка, руки в стороны
- Ходьба по ребристой доске
- Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см)
- Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола
- Перешагивание через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук
- Кружение в обе стороны (руки на поясе)

### Прыжки

- Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой)
- Прыжки на месте на двух ногах с хлопками над головой, за спиной
- Прыжки ноги вместе, ноги врозь
- Прыжки, продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м)
- Прыжки с поворотом кругом
- Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно)
- Прыжки на двух ногах вперед-назад, с поворотами, боком (вправо-влево)
- Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см
- Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см
- Прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 20–25 см)
- Прыжки вверх с места (вспрыгивание на высоту 15–20 см)
- Прыжки в длину с места (не менее 70 см)
- Прыжки с короткой скакалкой

### Катание, бросание, ловля, метание

- Прокатывание мячей друг другу между предметами
- Прокатывание обручей друг другу между предметами
- Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м)
- Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м)
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд).
- Отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд).
- Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м)
- Метание в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой
- Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

### Ползание, лазание

- Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м)
- Ползание на четвереньках между предметами, змейкой
- Ползание на четвереньках по горизонтальной и наклонной доске, скамейке.
- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками
- Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони
- Подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед
- Пролезание в обруч
- Перелезание через гимнастическую скамейку
- Лазанье по гимнастической стенке: подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета на другой вправо и влево

### Танцевально - ритмическая гимнастика

- Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку
- Танцевальные позиции (исходные положения), элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки

### **Общеразвивающие упражнения**

- Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты

### Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса

- Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях
- Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать
- Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны

### Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника

- Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног
- Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь)
- Наклоняться в стороны, держа руки на поясе

- Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя
- Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет
- Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе

#### Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног

- Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны
- Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях
- Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат)
- Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног

#### Статические упражнения

- Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх, стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд)

### **Игры**

#### Подвижные игры с ходьбой и бегом

«Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки», «Ловишки с ленточками», «Веселые ребята», «Рыбак и рыбки», «Бездомный заяц», «Затейники», «Бусинки», «Непослушные мячи», «Мыши и кот»

#### Подвижные игры с прыжками.

«Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается»

#### Подвижные игры с ползанием и лазаньем

«Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята»

#### Подвижные игры с бросанием и ловлей

«Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через веревку»

#### Подвижные игры на ориентировку в пространстве

«Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки»

#### Народные игры

«Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Золотые ворота», «Кот и мыши», «Заинька», «Дятел»

### **Группа старшего дошкольного возраста (5-6 лет)**

#### **Задачи образовательной деятельности (в соответствии с ФГОС ДО)**

#### **Приобретение двигательного опыта**

- Формировать умение самостоятельно, точно, энергично и технически правильно выполнять физические упражнения, содействовать переходу двигательных умений в навыки
- Развивать физические качества (силу, гибкость, общую выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу
- Содействовать формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия

- Способствовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умению согласовывать и выдерживать ритм движения в сопровождении музыки, подсчета, переходить от одного темпа к другому
- Побуждать к выразительности, красоте и грациозности, способствовать совершенствованию культуры движений
- Развивать творчество в двигательной деятельности

#### **Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами**

- Способствовать развитию первичных представлений о некоторых видах спорта, спортивных играх и упражнениях
- Развивать интерес к физической культуре и спорту, обеспечить развитие первичных представлений о спортивных достижениях России и малой родины, о победах на олимпиадах и др.
- Закреплять двигательные умения и знания правил в подвижных играх с правилами, спортивных играх и спортивных упражнениях
- Побуждать самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами

#### **Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере**

- Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей
- Развивать умение сохранять дистанцию во передвижения
- Поддерживать развитие осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности
- Развивать активность и инициативность, произвольность и самостоятельность, выдержку и организованность, настойчивость и смелость, уверенность в своих силах при выполнении физических упражнений
- Способствовать развитию двигательного творчества, добиваясь выразительного и вариативного выполнения упражнений или движений
- Поддерживать социально-нравственные проявления детей в двигательной деятельности, активно развивать их средствами данной деятельности

#### **Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)**

- Развивать первичные представления о здоровье, его ценности в жизни человека, о необходимости вести ЗОЖ
- Воспитывать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей, к безопасному поведению в быту, на улице, на природе, в обществе
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре

#### **Содержание образовательной деятельности**

##### **Основные движения**

##### Строевые упражнения

- Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг
- Равнение в затылок в колонне
- Перестроение из шеренги в колонну, в две колонны
- Перестроение в круг, в два круга
- Перестроение в колонну по двое, по трое
- Различные способы перестроения в два, три звена

- Размыкание в колонне – на вытянутые руки вперед, в шеренге – на вытянутые руки в стороны, смыкание приставным шагом
- Повороты направо, налево, кругом, переступанием, прыжком
- Повороты в движении на углах

#### Ходьба

- Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, гимнастическая ходьба, приставным шагом вправо и влево
- Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое
- Ходьба вдоль стен зала с поворотом
- Ходьба с выполнением различных заданий

#### Бег

- Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом
- Бег в колонне по одному, по двое
- Бег со сменой темпа
- Бег змейкой, врассыпную, по диагонали
- Бег с препятствиями: через и между предметами
- Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе
- Бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой
- Челночный бег 6 раз по 5 м. с переносом кубика
- Бег на скорость: 10 м (3–4 раза), 20 м (2–3 раза) примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды)
- Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом

#### Упражнения в равновесии

- Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках
- Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове
- Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом)
- Кружение парами, держась за руки

#### Прыжки

- Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой
- Прыжки разными способами: ноги скрестно – ноги врозь; одна нога вперед, другая назад на месте и с продвижением вперед
- Прыжки на одной ноге: попеременно на правой и левой ноге на месте и с продвижением вперед на 4–5 м
- Прыжки в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов на двух ногах (высота 15–20 см), поочередно через каждый
- Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15–20 см выше поднятой руки
- Прыжки (впрыгивание) на мягкое покрытие высотой 20 см.
- Прыжки (в глубину) с высоты 30 см. в обозначенное место
- Прыжки в длину с места (80 см)
- Прыжки в длину (на 100 см) с разбега 8 м
- Прыжки в высоту (30–40 см) с разбега 6–8 м
- Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся
- Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад

### Катание, бросание метание

- «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами) - см. «Элементы баскетбола»
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд
- Бросание малого мяча одной рукой (правой, левой) 4—6 раз подряд
- Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками
- Перебрасывание мяча из одной руки в другую
- Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отскоком от земли)
- Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте, с продвижением вперед на 5-6 м
- Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами
- Метание предметов на дальность (5—9 м) разными способами.
- Метание в горизонтальную цель с расстояния 3—4 м. разными способами: прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.
- Метание в вертикальную цель (высота центра мишени -1,5м) с рас.3-4м. разными способами: прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо

### Лазание

- Подтягивание на скамейке с помощью рук.
- Ползание и перелезание через предметы (скамейки).
- Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см).
- Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа.

### Танцевально-ритмическая гимнастика

- Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку
- Согласование ритма движений музыкальным сопровождением

### **Общеразвивающие упражнения**

- Четырехчастные, шестичастные, традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией
- Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела
- Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами
- Подводящие и подготовительные упражнения
- Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска

### Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса

- Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову
- Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно.
- Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы

### Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника

- Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками

- Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову
- Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине
- Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться)

#### Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног

- Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола
- Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину
- Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх)
- Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место
- Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат)

#### Статические упражнения

- Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках.
- Сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе

#### *Элементы баскетбола*

#### Техника перемещения

- Различные виды бега с мячом в руках, после сигнала правильно принять стойку баскетболиста (ноги согнуты в коленях и расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед, тело наклонено вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги, руки согнуты в локтях)
- Передвижение бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками, поворотами, приставными шагами с изменением направления по сигналу

#### Действия с мячом

Перемещение с правильным удержанием мяча (держат мяч двумя руками на уровне груди, руки согнуты, руки опущены вниз, кисти рук сбоку мяча, пальцы широко расставлены).

#### Ловля мяча

- Бросок мяча вниз и ловля его после отскока не менее 10 раз
- Бросок мяча вверх и ловля его обеими руками не менее 10 раз
- Бросок мяча как можно выше и ловля его после отскока от пола или на лету не менее 10 раз
- Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками не менее 10 раз
- Ходьба с отбиванием мяча и ловлей его двумя руками не менее 10 раз
- Удары мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками не менее 10 раз
- Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой и наоборот не менее 10 раз

#### Передача мяча

- В парах прокатывание мяча одновременно друг другу
- В парах перебрасывание мяча друг другу удобным способом
- В парах перебрасывание мяча правой / левой рукой, ловля его двумя руками
- Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его
- В парах передача мяча двумя руками от груди стоя на месте
- В парах передача мяча двумя руками от груди при передвижении
- В парах ловля мяча и передача его одной рукой от груди в движении
- Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево) произвольным способом

- Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны

#### Ведение мяча

- Ведение на месте правой/ левой рукой
- Ведение на месте правой/ левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом
- Ведение на месте поочередно: то правой, то левой рукой
- Ведение мяча вокруг себя
- Ведение мяча с продвижением вперед шагом
- Ведение мяча с изменением направления передвижения, скорости передвижения, высоты отскока мяча
- Ведение на месте правой/ левой рукой и остановка
- Ведение мяча, остановка и передача его

#### Броски в корзину

- Перебрасывание мяча через сетку (веревку), натянутую выше головы ребенка произвольным способом
- Метание мяча в баскетбольный щит
- Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через сетку (веревку)
- Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места
- Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки
- Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его

### *Элементы футбола*

#### Техника перемещения

- Различные виды бега: медленный бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с ускорением и замедлением темпа, бег спиной вперед
- Бег в различных направлениях и построениях: по прямой, враспынную, «змейкой», по диагонали, со сменой направляющего по сигналу, с перестроением в пары по сигналу, со сменой направления по сигналу
- Бег в чередовании с препятствиями, в сочетании с другими движениями
- Различные виды прыжков и подскоков: боковой галоп, подскоки, прыжки с ноги на ногу, на двух ногах с продвижением вперед, в высоту через предметы, с разбега вверх, с поворотом вокруг себя

#### Удары по мячу

- Удары ногой по подвешенному мячу
- Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов
- Удары по катящемуся мячу
- Удары пяткой (назад)
- Удары на точность и дальность

#### Остановка мяча

- Остановка подошвой стопы катящегося и опускающегося мяча
- Бросок руками мяча в стенку прием отскочившего мяча ногой
- Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча

#### Ведение мяча

- Ведение мяча правой / левой ногой по прямой
- Ведение мяча поочередно правой – левой ногой в разных направлениях: по прямой, «змейкой» с ускорением и замедлением темпа
- Ведение мяча вокруг предметов – «обводка»

- Ведение мяча вокруг предметов – «обводка» и ударом по мини – воротам
- Ведение мяча с ускорением и ударом по мини – воротам
- Передача мяча в паре, прием, остановка на месте и в движении

#### Вбрасывание мяча

- Броски мяча из-за головы двумя руками
- Вбрасывание и прием мяча в парах

#### *Элементы хоккея (без коньков)*

- Правильно принимать стойку хоккеиста – посадка (туловище наклонено вперед, ноги согнуты в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах)
- Правильно держать клюшку обеими руками (одной рукой сверху за конец рукоятки, другой – хватом снизу)

#### Ведение шайбы

- Ведение шайбы стоя на месте (имитация ведения)
- Посылать шайбу в разные стороны вблизи от ног: вправо, влево, вперед, назад
- Посылать шайбу в разные стороны то увеличивая, то уменьшая амплитуду движения
- Остановка и задержка клюшкой шайбы после ведения
- Ведение шайбы, не отрывая от клюшки, по прямой
- Ведение шайбы, не отрывая от клюшки по кругу
- Ведение шайбы, не глядя на неё
- Ведение шайбы с постепенным увеличением скорости передвижения
- Ведение шайбы по кругу вправо, влево
- Ведение (обводка) шайбы клюшкой вокруг предметов, между стойками

#### Удары и перемещения

- Удар по неподвижной шайбе с удобной для ребенка стороны
- Удар по шайбе справа, слева
- Удар по шайбе после ведения. Скорость ведения постепенно увеличивается
- Броски шайбы на месте в цель (расстояние 2–3 м). Постепенное увеличение расстояния до цели, силы броска и уменьшение мишени
- Броски шайбы после ведения
- Постепенное увеличение скорости движения, расстояние до цели, силы броска и уменьшение цели
- Броски шайбы в сочетании с другими действиями
- Передача шайбы в парах, прием шайбы на месте и в движении

#### **Подвижные игры и игры-эстафеты**

##### Игры с построениями и перестроениями

«Быстро в команду», «Построй шеренгу, круг, колонну», «Слушай сигнал»

##### Подвижные игры с бегом

«Ловишки с лоточками», «Ловишки парами», «Ловишки - перебежки», «Мы веселые ребята», «Хитрая лиса», «Третий лишний», «Караси и щука», «Бездомный заяц», «Пустое место», «День и ночь», «Затейники»

##### Подвижные игры с прыжками

«Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Не оставайся на полу», «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы»

##### Подвижные игры с лазанием, ползанием и подлезанием

«Мышеловка», «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Кто скорее доберется до флажка?» «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

### Подвижные игры с метанием

«Охотники и зайцы», «Горячий мяч», «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей кеглю», «Набрось колечко», «Школа мяча», «Серсо»

### Подвижные игры народов России

*Русские народные игры* «Гори, гори ясно», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Золотые ворота», «Пустое место»

*Башкирские народные игры* «Юрта»

*Грузинские народные игры* «Конное поло»

*Белорусская народная игра* «Колечко»

*Татарская народная игра* «Скок-перескок»

*Молдавская народная игра* «Яблоко»

*Татарские народные игры* «Скок-перескок»

*Удмурдские народные игры* «Игра с платочком».

*Игры народов Сибири и Дальнего Востока* «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера»

### Подвижные игры с элементами хоккея

«Игра с мячом в кругу», «Гонка с шайбами», «Защита крепости», «Встречная эстафета»

### Подвижные игры с элементами футбола

«Подвижная цель», «Ведение мяча парами», «Гонка мячей», «Игра в футбол вдвоем», «Забей в ворота», «У кого больше мячей». «Забей гол», «Попади в мишень», «Пингвины с мячом»

### Подвижные игры с элементами баскетбола

«Поймай мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч», «У кого меньше мячей», «Передал – садись»

### Игры-эстафеты с использованием физкультурного инвентаря

#### Эстафеты с использованием мячей

«Над головой, за спиной, под ногой и под другой», «Передай под ногой», «Поймал, садись», «Гонка мячей».

#### Эстафеты с использованием обручей

«Вдвоем в обруче», «От последнего к первому»

#### Эстафеты с использованием скакалок

«Быстро передай», «Сложи–разложи»

## **Подготовительная к школе группа (6-7 лет)**

### **Задачи образовательной деятельности (в соответствии с ФГОС ДО)**

#### **Приобретение двигательного опыта**

- Формировать умение самостоятельно, точно, энергично и технически правильно выполнять физические упражнения, содействовать переходу двигательных умений в навыки. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске

- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений
- Содействовать формированию правильной осанки и профилактике плоскостопия
- Способствовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, умению согласовывать и выдерживать ритм движения в сопровождении музыки, подсчета, переходить от одного темпа к другому
- Побуждать к выразительности, красоте и грациозности, совершенствованию культуры движений

#### **Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.**

- Способствовать развитию первичных представлений о некоторых видах спорта, спортивных играх и упражнениях.
- Развивать интерес к физической культуре и спорту, обеспечить развитие первичных представлений о спортивных достижениях России и малой родины, о победах на олимпиадах и др.
- Закреплять двигательные умения в различных подвижных играх с правилами, спортивных играх и упражнениях, побуждать выполнять правила в играх
- Разучить вариативность передач эстафет в разные виды игр-эстафет: простых и сложных, линейных, встречных и круговых, индивидуальных и коллективных, с предметами и без
- Развивать умение согласовывать действия всех участников команды
- Познакомить и разучить несколько игр народов России

#### **Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере**

- Поддерживать развитие осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании, умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности
- Развивать активность и инициативность, произвольность и самостоятельность, выдержку и организованность, настойчивость и смелость, уверенность в своих силах при выполнении физических упражнений и организации игр
- Способствовать развитию двигательного творчества, добываясь вариативного выполнения упражнений или движений
- Поддерживать социально-нравственные проявления детей в двигательной деятельности, активно развивать их средствами данной деятельности

#### **Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)**

- Развивать первичные представления о здоровье, его ценности в жизни человека, о необходимости вести ЗОЖ.
- Воспитывать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей, к безопасному поведению в быту, на улице, на природе, в обществе

### **Содержание образовательной деятельности**

#### **Основные движения**

##### Строевые упражнения

- Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение
- Построение в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу
- Равнение в колонне, в шеренге, в кругу
- Расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две

- Размыкание и смыкание приставным шагом
- Повороты направо, налево, кругом
- Перестроение на ходу в колонну по двое, по трое, по четверо
- Перестроение на ходу из одного круга в несколько (2-3)

#### Ходьба

- Разные виды и способы ходьбы
- Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок, ходьба в полуприседе, с закрытыми глазами
- Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге
- Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную
- Ходьба в сочетании с другими видами движений

#### Бег

- Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия
- Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом, спиной вперед
- Бег в колонне по одному, по двое
- Бег из разных исходных положений
- Бег в разных направлениях
- Бег с различными заданиями, с преодолением препятствий
- Бег со скакалкой, с мячом, по доске, в чередовании с ходьбой, прыжками
- Бег с изменением темпа
- Бег в быстром темпе 10 м. 3-4 раза
- Непрерывный бег в течение 2-3 минут
- Бег со средней скоростью на 80-120 м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой
- Челночный бег 6 раз по 5 м
- Бег на скорость: 30 м. примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года
- Бег через препятствия — высотой 10-15 см

#### Упражнения в равновесии

- Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях
- Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом
- Ползание по гимнастической скамейке, неся мешочек с песком на спине
- Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки
- Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок
- Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом
- Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком
- Стоя на скамейке, стоять на носках
- Стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза
- То же, стоя на гимнастической скамейке
- Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру

#### Прыжки

- Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления
- Прыжки на двух ногах на месте сериями по 30 - 40 прыжков 3 - 4 раза в чередовании с ходьбой

- Прыжки разными способами: с поворотом кругом, смещая ноги вправо – влево, ноги скрестно – ноги врозь; одна нога вперед, другая назад на месте и с продвижением вперед на 5 – 6 м
- Перепрыгивание линии, веревки вперед - назад, боком на двух и одной ноге
- Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком, с мягким мячом
- Прыжки в высоту прямо и боком через 6 – 8 набивных мячей (вес 1 кг) последовательно через каждый
- Прыжки на одной ноге: попеременно на правой и левой ноге на месте и с продвижением вперед на 5 - 6 м
- Выпрыгивание вверх из глубокого приседа
- Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный на 2530 см выше поднятой руки
- Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них.
- Прыжки (в глубину) с высоты 40 см. в обозначенное место
- Прыжки в длину с места (100 см)
- Прыжки в длину (на 180 – 190 см) с разбега 8м
- Прыжки в высоту (50 см) с разбега 6 – 8 м
- Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу
- Бег со скакалкой
- Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами
- Прыжки через большой обруч, как через скакалку

#### Метание

- «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами) - см. «Элементы баскетбола»
- Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 20 раз подряд
- Бросание малого мяча одной рукой (правой, левой) 10 раз подряд
- Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками, с поворотами
- Перебрасывание мяча из одной руки в другую
- Перебрасывание мяча друг другу с расстояния 3-4 м. из разных исходных положений и построений разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отскоком о землю).
- Перебрасывание мяча через веревку
- Ведение мяча не менее 10 раз подряд на месте
- Ведение мяча правой и левой рукой с продвижением вперед на 5-6 м
- Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами
- Метание предметов на дальность (6-12 м) правой и левой рукой разными способами.
- Метание в горизонтальную цель с расстояния 4-5 м. разными способами: прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо и из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя)
- Метание в вертикальную цель (высота центра мишени -1,5м) с рас.4-5 м. разными способами: прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо и из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя)
- Метание в движущуюся цель

#### Лазание

- Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами

- Пролезание в обруч разными способами
- Подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см)
- Проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд по-пластунски
- Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице
- Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали

#### Танцевально - ритмическая гимнастика

- Согласование ритма движений с музыкальным произведением
- Красивое и грациозное выполнение физических упражнений под музыку

#### **Общеразвивающие упражнения**

- Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения
- Упражнения в парах и подгруппах
- Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами
- Упражнения с разными предметами, тренажерами

#### Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса

- Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам
- Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч)
- Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук
- Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим

#### Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника

- Опускать и поворачивать голову в стороны
- Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади
- Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа
- Прогибаться, лежа на животе
- Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета
- Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол)
- Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держа за опору

#### Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног

- Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь

- Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору
- Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу

### **Статические упражнения**

- Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза. Выполнять общеразвивающие упражнения, стойка левой или правой ногой и т. п.

### **Спортивные игры**

#### ***Элементы баскетбола***

#### Техника перемещения

- Различные виды бега с мячом в руках, после сигнала правильно принять стойку баскетболиста (ноги согнуты в коленях и расставлены на ширине плеч, одна из них выставлена на полшага вперед, тело наклонено вперед, тяжесть его распределяется равномерно на обе ноги, руки согнуты в локтях)
- Передвижение бегом в сочетании с ходьбой, прыжками, остановками, поворотами, приставными шагами с изменением направления по сигналу
- Действия с мячом
- Перемещение с правильным удержанием мяча (держать мяч двумя руками на уровне груди, руки согнуты, руки опущены вниз, кисти рук сбоку мяча, пальцы широко расставлены)

#### Ловля мяча

- Бросок мяча вниз и ловля его после отскока не менее 10 раз
- Бросок мяча вверх и ловля его обеими руками не менее 10 раз
- Бросок мяча как можно выше и ловля его после отскока от пола или на лету не менее 10 раз
- Ходьба с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками не менее 10 раз
- Ходьба с отбиванием мяча и ловлей его двумя руками не менее 10 раз
- Удары мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками не менее 10 раз
- Удары мяча об пол правой рукой и ловля левой и наоборот не менее 10 раз

#### Передача мяча

- В парах прокатывание мяча одновременно друг другу
- В парах перебрасывание мяча друг другу удобным способом
- В парах перебрасывание мяча правой / левой рукой, ловля его двумя руками
- Передача мяча двумя руками от груди в стенку и ловля его
- В парах передача мяча двумя руками от груди стоя на месте
- В парах передача мяча двумя руками от груди при передвижении
- В парах ловля мяча и передача его одной рукой от груди в движении
- Передача мяча в шеренге, по кругу (вправо, влево) произвольным способом
- Передача мяча в колоннах с переходом в конец своей, а затем противоположной колонны

#### Ведение мяча

- Ведение на месте правой/ левой рукой
- Ведение на месте правой/ левой рукой с последующей передачей мяча двумя руками произвольным способом
- Ведение на месте поочередно: то правой, то левой рукой
- Ведение мяча вокруг себя
- Ведение мяча с продвижением вперед шагом
- Ведение мяча с изменением направления передвижения, скорости передвижения, высоты отскока мяча
- Ведение на месте правой/ левой рукой и остановка

- Ведение мяча, остановка и передача его

#### Броски в корзину

- Перебрасывание мяча через веревку, натянутую выше головы ребенка произвольным способом
- Метание мяча в баскетбольный щит
- Бросок мяча в цель (высота 1,5м) двумя руками от груди с места через сетку (веревку)
- Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места
- Бросок мяча в корзину после ведения с фиксацией остановки. □
- Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча после ловли его

#### *Элементы футбола.*

#### Техника перемещения

- Различные виды бега: медленный бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с ускорением и замедлением темпа, бег спиной вперед
- Бег в различных направлениях и построениях: по прямой, враспынную, «змейкой», по диагонали, со сменой направляющего по сигналу, с перестроением в пары по сигналу, со сменой направления по сигналу
- Бег в чередовании с препятствиями, в сочетании с другими движениями
- Различные виды прыжков и подскоков: боковой галоп, подскоки, прыжки с ноги на ногу, на двух ногах с продвижением вперед, в высоту через предметы, с разбега вверх, с поворотом вокруг себя

#### Удары по мячу

- Удары ногой по подвешенному мячу
- Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов
- Удары по катящемуся мячу
- Удары пяткой (назад)
- Удары на точность и дальность

#### Остановка мяча.

- Остановка подошвой стопы катящегося и опускающегося мяча
- Бросок руками мяча в стенку прием отскочившего мяча ногой
- Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча

#### Ведение мяча

- Ведение мяча правой / левой ногой по прямой
- Ведение мяча поочередно правой – левой ногой в разных направлениях: по прямой, «змейкой» с ускорением и замедлением темпа
- Ведение мяча вокруг предметов – «обводка»
- Ведение мяча вокруг предметов – «обводка» и ударом по мини – воротам
- Ведение мяча с ускорением и ударом по мини – воротам. □ Передача мяча в паре, прием, остановка на месте и в движении

#### Вбрасывание мяча.

- Броски мяча из-за головы двумя руками
- Вбрасывание и прием мяча в парах

#### *Элементы хоккея (без коньков)*

- Правильно принимать стойку хоккеиста – посадка (туловище наклонено вперед, ноги согнуты в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах)
- Правильное держать клюшку обеими руками (одной рукой сверху за конец рукоятки, другой – хватом снизу).

### Ведение шайбы

- Ведение шайбы стоя на месте (имитация ведения)
- Посылать шайбу в разные стороны вблизи от ног: вправо, влево, вперед, назад
- Посылать шайбу в разные стороны то увеличивая, то уменьшая амплитуду движения
- Остановка и задержка клюшкой шайбы после ведения
- Ведение шайбы, не отрывая от клюшки, по прямой
- Ведение шайбы, не отрывая от клюшки по кругу
- Ведение шайбы, не глядя на неё
- Ведение шайбы с постепенным увеличением скорости передвижения
- Ведение шайбы по кругу вправо, влево
- Ведение (обводка) шайбы клюшкой вокруг предметов, между стойками

### Удары и перемещения

- Удар по неподвижной шайбе с удобной для ребенка стороны
- Удар по шайбе справа, слева
- Удар по шайбе после ведения. Скорость ведения постепенно увеличивается
- Броски шайбы на месте в цель (расстояние 2–3 м). Постепенное увеличение расстояния до цели, силы броска и уменьшение мишени
- Броски шайбы после ведения. Постепенное увеличение скорости движения, расстояние до цели, силы броска и уменьшение цели
- Броски шайбы в сочетании с другими действиями
- Передача шайбы в парах, прием шайбы на месте и в движении

### **Подвижные игры и игры-эстафеты**

#### Игры с построениями и перестроениями

«Чье звено скорее соберется», «Быстро постройся», «Слушай сигнал»

#### Подвижные игры с бегом

«Два Мороза», «Ловишки», «Веселые ребята», «Хитрая лиса», «Третий лишний», «Караси и щука», «Бездомный заяц», «Пустое место», «Совушка», «День и ночь», «Затейники»  
«Горелки»

#### Подвижные игры с прыжками

«Лягушки и цапля», «Волк во рву»

#### Подвижные игры с лазанием, ползанием и подлезанием

«Паучки», «Мышеловка», «Перелет птиц», «Ловля обезьян»

#### Подвижные игры с метанием

«Охотники и зайцы», «Горячая картошка»

#### Подвижные игры народов России

*Русские народные игры* «Гори, гори ясно», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Золотые ворота», «Пустое место»

*Башкирские народные игры* «Юрта»

*Грузинские народные игры* «Конное поло»

*Белорусская народная игра* «Колечко»

*Татарская народная игра* «Скок-перескок»

*Молдавская народная игра* «Яблоко»

*Татарские народные игры* «Скок-перескок»

*Удмурдские народные игры* «Игра с платочком»

*Игры народов Сибири и Дальнего Востока* «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера»

#### Подвижные игры с элементами хоккея

«Шайба по кругу», «Игра с мячом в кругу», «Гонка с шайбами», «Встречная эстафета»

#### Подвижные игры с элементами футбола

«Гонка мячей», «Игра в футбол вдвоем», «Забей в ворота», «У кого больше мячей», «Забей гол», «Пингвины с мячом»

#### Подвижные игры с элементами баскетбола

«Поймай мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч», «У кого меньше мячей», «Мяч ведущему», «Передал – садись»

#### ***Игры-эстафеты с использованием физкультурного инвентаря***

##### *Эстафеты с использованием кубиков*

«На одной ножке», «По дорожке», «Поменяй кубики местами», «Через препятствие».

##### *Эстафеты с использованием мячей*

«Над головой, за спиной, под ногой и под другой», «Передай под ногой», «Поймал, садись», «Гонка мяча по улице»

##### *Эстафеты с использованием обручей*

«Вдвоем в обруче», «Через обруч»

##### *Эстафеты с использованием гимнастических палок*

«Бобслей»

##### *Эстафеты с использованием разных предметов*

«Быстро передавай», «Через воротники»

#### **Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами**

- Здоровье как жизненная ценность
- Правила здорового образа жизни
- Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья
- Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности
- Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду
- Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.)



**2.2. Проектно – тематическое планирование работы с воспитанниками  
Перспективное планирование тематических недель**

**Группа раннего возраста (2-3 года)**

<b>Месяц</b>	<b>Тема</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы, итоговые мероприятия</b>
<b>Сентябрь</b>	<p>Исследование индивидуального развития воспитанников.</p> <p>1. Тематическая неделя «Здравствуй, детский сад»</p> <p>2. Тематическая неделя «Что нам осень принесла? Овощи»</p> <p>3. Тематическая неделя «Что нам осень принесла? Фрукты»</p> <p>4. Тематическая неделя «Осень золотая в гости к нам пришла»</p>	<p>Адаптационный период. Знакомство с вновь поступившими детьми, организационный период.</p> <p>Вызывать у детей радость от возвращения в детский сад.</p> <p>Расширять у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, привлекать детей к активному участию в играх.</p> <p>Расширять представления детей об осени, овощах и фруктах, активизировать и пополнять лексический словарь по теме «Овощи и фрукты», «Грибы», «Ягоды»</p> <p>Развивать мелкую и крупную моторику детей, умение двигаться по залу свободно, ориентироваться в пространстве</p> <p>Закрепить знания детей об основных признаках осени, цвете и форме; учить подбирать листочки для дерева по цвету.</p> <p><b>Мониторинг развития детей</b></p>	<p>Занятия, развлечения, игры</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p align="center"><b>Музыкально-спортивное развлечение «Здравствуй, детский сад»</b></p> <p align="center"><b>Спортивное развлечение «Мой друг - мяч»</b></p>

<b>Октябрь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Я — человек»</p> <p>2. Тематическая неделя «Ты и я — друзья!»</p> <p>3. Тематическая неделя «Край родной»</p> <p>4. Тематическая неделя «Город, в котором я живу»»</p>	<p>Расширять представление о здоровье. Развивать физические качества, формировать интерес и эмоционально-положительное отношение к занятиям по физкультуре.</p> <p>Развивать внимание, мелкую моторику рук, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение дружить, уступать, быть добрыми, заботливыми, умение выполнять правила в играх.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p> <p>Закреплять знания о нашем городе. Обогащать двигательно-игровой опыт детей</p>	<p>Занятия, развлечения, игры</p> <p><b>Спортивное развлечение «Путешествие в осенний лес»</b></p>
<b>Ноябрь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Улицы нашего города»</p> <p>2. Тематическая неделя «Дом, где я живу. Мебель»</p> <p>3. Тематическая неделя «Домашние животные»</p> <p>4. Тематическая неделя «Дикие животные»</p>	<p>Расширять представления о правилах дорожного движения; развивать основные виды движений детей</p> <p>Продолжать развивать интерес к физкультурным занятиям.</p> <p>Воспитывать умение играть вместе, соблюдая правила игры;</p> <p>Расширение представлений детей о диких и домашних животных, о том, как звери готовятся к зиме.</p> <p>Использовать в играх имита-</p>	<p>Занятия, развлечения, игры, посвящённые «Дню Матери»</p> <p><b>Детско-родительское развлечение «Вместе с мамой»</b></p>

		<p>ционно-подражательные движения повадок животных</p> <p>Развивать у детей музыкально-ритмические навыки.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p> <p>Развивать творческую активность детей.</p> <p>Привлекать родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения в непринужденной обстановке.</p> <p>Поддерживать у детей любовь к матери</p>	
<b>Декабрь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Время весёлых игр»</p> <p>2. Тематическая неделя «Хотим всё знать»</p> <p>3. Тематическая неделя «Скоро праздник!»</p> <p>4. Тематическая неделя «Новый год настаёт!»</p>	<p>В игровой форме развивать основные физические качества, воспитывать доброжелательные взаимоотношения в совместной деятельности;</p> <p>Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, что необходимо, чтобы быть здоровым</p> <p>Создать атмосферу праздничного ожидания Нового года у детей, вызвать радостное эмоциональное состояние, активизировать двигательную деятельность и внимание детей через игровые ситуации, развивать физические качества, воспитывать умение соблюдать эле-</p>	<p>Занятия, игры, хороводы</p> <p><b>Спортивное развлечение</b> <b>«Путешествие в зимний лес»</b></p>

		ментарные правила игры	
<b>Январь</b>	<p>2. Тематическая неделя «Зима. Зимние забавы»</p> <p>3. Тематическая неделя «Звери зимой»</p> <p>4. Тематическая неделя «Белоснежная зима»</p>	<p>Расширять представления детей о зиме, отмечать сезонные изменения в зимнем лесу и у лесных животных, Формировать эмоционально – положительное отношение к природе.</p> <p>Развивать чувство ритма, умение координировать движения с текстом стихотворения, развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений; развивать двигательное воображение детей.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр на зимнюю тематику</p>	<p>Занятия, игры, развлечения</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник «Ах, как весело зимой!»</b></p>
<b>Февраль</b>	<p>1. Тематическая неделя «Одежда»</p> <p>2. Тематическая неделя «Военные профессии»</p> <p>3. Тематическая неделя «Праздник пап»</p> <p>4. Тематическая неделя «Бабушка родная»</p>	<p>Знакомить с военными профессиями, воспитывать любовь к Родине.</p> <p>Способствовать психологическому сближению детей и родителей, воспитывать в мальчиках стремление быть</p>	<p>Занятия, игры, развлечения.</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник, посвященный «Дню защитника Отечества»</b></p>

		<p>сильными, смелыми; развивать у детей чувство гордости своими отцами.</p> <p>Поддерживать любовь к бабушке, воспитывать желание ей помогать. Продолжать формировать эмоциональную отзывчивость</p>	
<b>Март</b>	<p>1. Тематическая неделя «Моя мама лучше всех!»</p> <p>2. Тематическая неделя «Матрёшкины посиделки»</p> <p>3. Тематическая неделя «Народные игрушки»</p> <p>4. Тематическая неделя «Русские народные сказки»</p>	<p>Поддерживать любовь к маме и бабушке, воспитывать уважение к воспитателям. Продолжать формировать эмоциональную отзывчивость. Развивать творческую активность детей.</p> <p>Приобщать детей к русскому народному творчеству через, пляски; игры, развивать эмоциональную отзывчивость;</p> <p>Поддерживать потребность в двигательной активности через игровое занятие. Побуждать детей к активному участию в подвижных играх.</p> <p>Побуждать детей эмоционально откликаться на происходящие события в процессе знакомства с героями литературных произведений, учить выразительности движений, умению передавать простые действия некоторых персонажей из народных сказок, способствовать возникновению у детей радостных эмоций от</p>	<p>Занятия, народные игры и хороводы</p> <p style="text-align: center;"><b>Фольклорное развлечение «Широкая Масленица»</b></p>

		<p>совместной двигательной деятельности, воспитывать смелость, взаимопомощь и любовь к народным сказкам.</p> <p>Приобщать детей к традиции народных гуляний.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием народных игр</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми</p> <p>Знакомить детей с традициями и обычаями русского народа; с народными играми и забавами. Развивать коммуникативные качества</p>	
<b>Апрель</b>	<p>1. Тематическая неделя «Весна — красна»</p> <p>2. Тематическая неделя «Птицы весной»</p> <p>3. Тематическая неделя «Насекомые»</p> <p>4. Тематическая неделя «Цветы»</p>	<p>Расширять представления о весне. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы</p> <p>В форме подвижных игр и игровых упражнений закрепить основные виды движений</p> <p>Развивать воображение и умение подражать их повадкам через движение</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе, к птицам, побуждать детей заботиться о них. Формировать у детей умение имитировать движение птиц.</p>	<p>Занятия и развлечения. Игры.</p> <p style="text-align: center;"><b>День Здоровья</b> <b>Спортивный праздник</b> <b>«Азбука здоровья»</b></p>

		<p>Расширять представления о насекомых, цветах. Использовать игры на имитационно-подражательные движения повадкам насекомых.</p> <p>Вызвать положительный эмоциональный настрой, доставить детям радость.</p> <p>Закреплять в игровой форме умения, полученные на занятиях, способствовать развитию интереса детей к различным видам движений, развивать эмоциональный опыт детей, выразительность движений, содействовать развитию дружеского отношения детей друг к другу</p> <p>Приобщать детей к здоровому образу жизни; развивать двигательную активность детей; закреплять правила и двигательные умения в играх, игровых упражнениях</p> <p>Восп-ть гуманное отношение к природе, чувство ответств. за все живое на земле.</p>	
--	--	---	--

<p><b>Май</b></p>	<p>Исследование индивидуального развития воспитанников.</p> <p>1. Тематическая неделя «Подарки весны»</p> <p>2. Тематическая неделя «Волшебница — вода»</p> <p>3. Тематическая неделя «Мои любимые игрушки»</p> <p>4. Тематическая неделя «Хорошо у нас в саду, закрепление»</p>	<p>Закреплять знания о весенних явлениях природы, Воспитывать любознательность, уважительное отношение к природе, развивать двигательную активность детей через музыкальные игры, музыкально-ритмические комплексы</p> <p>Формировать представление о том, что вода необходима всем живым существам (растениям, животным, людям). Закрепить знания детей о некоторых свойствах воды (прозрачная, без запаха, льется). Уточнить знания детей о местонахождении воды в природе и быту. Воспитывать бережное отношение к воде. В игровых ситуациях закреплять навыки основных движений</p> <p>Повышать двигательную активность детей, развивать выразительность движений, воспитывать бережное отношение к игрушкам.</p> <p>Развивать творческое воображение детей, способность и умение передавать образы через двигательную деятельность</p> <p>Воспитывать у детей чувство любви к детскому саду, вос-</p>	<p>Занятие с элементами пасхальных народных игр</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивное развлечение «Весна пришла»</b></p>
-------------------	--	--	---

		<p>питывать дружеские и доброжелательные отношения</p> <p>Развивать у детей музыкально-ритмические навыки</p> <p>Пропагандировать здоровый образ жизни детям и родителям, использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании; прививать любовь к физкультуре и спорту</p>	
<b>Июнь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Здравствуй, лето!»</p> <p>2. Тематическая неделя «Домашние животные, закрепление»</p> <p>3. Тематическая неделя «Дикие животные, закрепление»</p> <p>4. Тематическая неделя «Посуда»</p>	<p>Расширять представления о лете, воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы, видеть отличительные признаки лета; проявлять эмоциональную отзывчивость на игру;</p> <p>Приучать к самостоятельному участию и совместных играх, при этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей.</p> <p>Закрепить и уточнить знания детей о внешних признаках домашних и диких животных, как передвигаются, чем питаются</p>	<p>Занятия и развлечения.</p> <p>Игры.</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивно-музыкальное развлечение</b> <b>«Маленьким детям – большие права»</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник «Я – здоровый, сильный, смелый»</b></p>
<b>Июль</b>	<p>1. Тематическая неделя «Безопасность на дороге»</p> <p>2. Тематическая неделя «Витамины на столе»</p> <p>3. Тематическая неделя «Приглашаем вас в театр»</p>	<p>Уточнить знания детей о правилах дорожного движения, о светофоре и его сигналах, развивать умение применять полученные знания в игровых заданиях, развивать у детей</p>	<p>Занятия и развлечения.</p> <p>Игры.</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный досуг, посвященный Дню рождения ГИБДД</b> <b>«Правила дорожные знать каждому положено»</b></p>

	4. Тематическая неделя «Виды транспорта»	<p>чувство осторожности и внимания;</p> <p>Закреплять с детьми знания о пользе витаминов в овощах и фруктах и других продуктах</p> <p>Привлечь интерес детей к здоровому образу жизни через игры, задания</p> <p>В игровой форме закрепить знания детей о видах транспорта, развивать умение детей имитировать движения транспорта.</p>	<p><b>День здоровья</b></p> <p><b>Музыкально - спортивное развлечение «Наш большой зеленый дом»</b></p>
<b>Август</b>	<p>1. Тематическая неделя «Физкульт-привет!»</p> <p>2. Тематическая неделя «Одежда, закрепление»</p> <p>3. Тематическая неделя «В гостях у сказки»</p> <p>4. Тематическая неделя «Мы уже подросли»</p>	<p>Способствовать формированию потребности заниматься физической культурой и спортом, доставить удовольствие детям от игр, игровых заданий</p> <p>Продолжать развивать у детей ритмические навыки.</p> <p>Развивать творческую активность детей</p> <p>Развивать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как лягушка, угостить зёрнышками мышку и т. п.), побуждать детей эмоционально откликаться на происходящие события в процессе знакомства с героями литературных произведений.</p> <p>Формировать у детей простейшие образно-</p>	<p>Занятия и развлечения.</p> <p>Игры.</p> <p><b>Спортивно-музыкальное развлечение</b></p> <p><b>«Лето, лето, ты наш друг!»</b></p>

		выразительные умения (уметь имитировать характерные движения сказочных животных)	
--	--	--	--

**Группа младшего дошкольного возраста (3-4 года)**

<b>Месяц</b>	<b>Тема</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы, итоговые мероприятия</b>
<b>сентябрь</b>	<p>Исследование индивидуального развития воспитанников.</p> <p>1. Тематическая неделя «Здравствуй, детский сад»</p> <p>2. Тематическая неделя «Что нам осень принесла? Овощи»</p> <p>3. Тематическая неделя «Что нам осень принесла? Фрукты»</p> <p>4. Тематическая неделя «Осень золотая в гости к нам пришла»</p>	<p>Адаптационный период.</p> <p>Знакомство с вновь поступившими детьми, организационный период.</p> <p>Вызывать у детей радость от возвращения в детский сад.</p> <p>Расширять у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, привлекать детей к активному участию в играх.</p> <p>Расширять представления детей об осени, овощах и фруктах, активизировать и пополнять лексический словарь по теме «Овощи и фрукты», «Грибы», «Ягоды»</p> <p>Развивать мелкую и крупную моторику детей, умение двигаться по залу свободно, ориентироваться в пространстве,</p> <p>Закрепить знания детей об основных признаках осени, цвете и форме; учить подбирать листочки для дерева по цвету.</p>	<p>Занятия, развлечение, игры</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p align="center"><b>Музыкально-спортивное развлечение «Здравствуй, детский сад»</b></p> <p align="center"><b>Спортивное развлечение «Мой друг - мяч»</b></p>

		<b>Мониторинг развития детей</b>	
<b>октябрь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Я — человек»</p> <p>2. Тематическая неделя «Ты и я — друзья!»</p> <p>3. Тематическая неделя «Край родной»</p> <p>4. Тематическая неделя «Город, в котором я живу»»</p>	<p>Расширять представление о здоровье. Развивать физические качества, формировать интерес и эмоционально-положительное отношение к занятиям по физкультуре.</p> <p>Развивать внимание, мелкую моторику рук, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение дружить, уступать, быть добрыми, заботливыми, умение выполнять правила в играх.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p> <p>Закреплять знания о нашем городе. Обогащать двигательно-игровой опыт детей</p>	<p>Занятия, развлечения, игры</p> <p><b>Спортивное развлечение «Путешествие в осенний лес»</b></p>
<b>ноябрь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Улицы нашего города»</p> <p>2. Тематическая неделя «Дом, где я живу. Мебель»</p> <p>3. Тематическая неделя «Домашние животные»</p> <p>4. Тематическая неделя «Дикие животные»</p>	<p>Расширять представления о правилах дорожного движения; развивать основные виды движений детей</p> <p>Продолжать развивать интерес к физкультурным занятиям.</p> <p>Воспитывать умение играть вместе, соблюдая правила</p>	<p>Занятия, развлечения, игры, посвящённые «Дню Матери»</p> <p><b>Детско-родительское развлечение «Вместе с мамой»</b></p>

		<p>игры;</p> <p>Расширение представлений детей о диких и домашних животных, о том, как звери готовятся к зиме.</p> <p>Использовать в играх имитационно-подражательные движения повадок животных</p> <p>Развивать у детей музыкально-ритмические навыки.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p> <p>Развивать творческую активность детей.</p> <p>Привлекать родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения в непринужденной обстановке.</p> <p>Поддерживать у детей любовь к матери</p>	
<b>декабрь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Время весёлых игр»</p> <p>2. Тематическая неделя «Хотим всё знать»</p> <p>3. Тематическая неделя «Скоро праздник!»</p> <p>4. Тематическая неделя «Новый год настаёт!»</p>	<p>В игровой форме развивать основные физические качества, воспитывать доброжелательные взаимоотношения в совместной деятельности;</p> <p>Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, что необходимо, чтобы быть здоровым</p> <p>Создать атмосферу празд-</p>	<p>Занятия, игры, хороводы</p> <p><b>Спортивное развлечение</b> <b>«Путешествие в зимний лес»</b></p>

		<p>ничное ожидания Нового года у детей, вызвать радостное эмоциональное состояние, активизировать двигательную деятельность и внимание детей через игровые ситуации, развивать физические качества, воспитывать умение соблюдать элементарные правила игры</p>	
<p><b>январь</b></p>	<p>2. Тематическая неделя «Зима. Зимние забавы» 3. Тематическая неделя «Звери зимой» 4. Тематическая неделя «Белоснежная зима»</p>	<p>Расширять представления детей о зиме, отмечать сезонные изменения в зимнем лесу и у лесных животных, Формировать эмоционально – положительное отношение к природе. Развивать чувство ритма, умение координировать движения с текстом стихотворения, развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений; развивать двигательное воображение детей. Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр на зимнюю тематику</p>	<p>Занятия, игры, развлечение</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник «Ах, как весело зимой!»</b></p>

<b>февраль</b>	1. Тематическая неделя «Одежда» 2. Тематическая неделя «Военные профессии» 3. Тематическая неделя «Праздник пап» 4. Тематическая неделя «Бабушка родная»	Знакомить с военными профессиями, воспитывать любовь к Родине. Способствовать психологическому сближению детей и родителей, воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми; развивать у детей чувство гордости своими отцами. Поддерживать любовь к бабушке, воспитывать желание ей помогать. Продолжать формировать эмоциональную отзывчивость	Занятия, игры, развлечения. <b>Спортивный праздник, посвященный «Дню защитника Отечества»</b>
<b>март</b>	1. Тематическая неделя «Моя мама лучше всех!» 2. Тематическая неделя «Матрёшкины поделки» 3. Тематическая неделя «Народные игрушки» 4. Тематическая неделя «Русские народные сказки»	Поддерживать любовь к маме и бабушке, воспитывать уважение к воспитателям. Продолжать формировать эмоциональную отзывчивость. Развивать творческую активность детей. Приобщать детей к русскому народному творчеству через, пляски; игры, развивать эмоциональную отзывчивость; Поддерживать потребность в двигательной активности через игровое занятие. Побуждать детей к активному уча-	Занятия, народные игры и хороводы  <b>Фольклорное развлечение «Широкая Масленица»</b>

		<p>стию в подвижных играх.</p> <p>Побуждать детей эмоционально откликаться на происходящие события в процессе знакомства с героями литературных произведений, учить выразительности движений, умению передавать простые действия некоторых персонажей из народных сказок, способствовать возникновению у детей радостных эмоций от совместной двигательной деятельности, воспитывать смелость, взаимопомощь и любовь к народным сказкам.</p> <p>Приобщать детей к традиции народных гуляний.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием народных игр</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми</p> <p>Знакомить детей с традициями и обычаями русского народа; с народными играми и забавами. Развивать коммуникативные качества</p>	
--	--	--	--

<p><b>Апрель</b></p>	<p>1. Тематическая неделя «Весна — красна»  2. Тематическая неделя «Птицы весной»  3. Тематическая неделя «Насекомые»  4. Тематическая неделя «Цветы»</p>	<p>Расширять представления о весне. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы</p> <p>В форме подвижных игр и игровых упражнений закрепить основные виды движений</p> <p>Развивать воображение и умение подражать их повадкам через движение</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе, к птицам, побуждать детей заботиться о них. Формировать у детей умение имитировать движение птиц.</p> <p>Расширять представления о насекомых, цветах. Использовать игры на имитационно-подражательные движения повадкам насекомых.</p> <p>Вызвать положительный эмоциональный настрой, доставить детям радость.</p> <p>Закреплять в игровой форме умения, полученные на занятиях, способствовать развитию интереса детей к различ-</p>	<p>Занятия и развлечения. Игры.</p> <p style="text-align: center;"><b>День Здоровья</b>  <b>Спортивный праздник</b>  <b>«Азбука здоровья»</b></p>
----------------------	---	--	---

		<p>ным видам движений, развивать эмоциональный опыт детей, выразительность движений, содействовать развитию дружеского отношения детей друг к другу</p> <p>Приобщать детей к здоровому образу жизни; развивать двигательную активность детей; закреплять правила и двигательные умения в играх, игровых упражнениях</p> <p>Восп-ть гуманное отношение к природе, чувство ответств. за все живое на земле.</p>	
--	--	---	--

<p><b>май</b></p>	<p>Исследование индивидуального развития воспитанников.</p> <p>1. Тематическая неделя «Подарки весны»</p> <p>2. Тематическая неделя «Волшебница — вода»</p> <p>3. Тематическая неделя «Мои любимые игрушки»</p> <p>4. Тематическая неделя «Хорошо у нас в саду, закрепление»</p>	<p>Закреплять знания о весенних явлениях природы, Воспитывать любознательность, уважительное отношение к природе, развивать двигательную активность детей через музыкальные игры, музыкально-ритмические комплексы</p> <p>Формировать представление о том, что вода необходима всем живым существам (растениям, животным, людям). Закрепить знания детей о некоторых свойствах воды (прозрачная, без запаха, льется). Уточнить знания детей о местонахождении воды в природе и быту. Воспитывать бережное отношение к воде.</p> <p>В игровых ситуациях закреплять навыки основных движений</p> <p>Повышать двигательную активность детей, развивать выразительность движений, воспитывать бережное отношение к игрушкам.</p> <p>Развивать творческое воображение детей, способность</p>	<p>Занятие с элементами пасхальных народных игр</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивное развлечение «Весна пришла»</b></p>
-------------------	--	---	---

		<p>и умение передавать образы через двигательную деятельность</p> <p>Воспитывать у детей чувство любви к детскому саду, воспитывать дружеские и доброжелательные отношения</p> <p>Развивать у детей музыкально-ритмические навыки</p> <p>Пропагандировать здоровый образ жизни детям и родителям, использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании; прививать любовь к физкультуре и спорту</p>	
<b>Июнь</b>	<p>1. Тематическая неделя «Здравствуй, лето!»</p> <p>2. Тематическая неделя «Домашние животные, закрепление»</p> <p>3. Тематическая неделя «Дикие животные, закрепление»</p> <p>4. Тематическая неделя «Посуда»</p>	<p>Расширять представления о лете, воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы, видеть отличительные признаки лета; проявлять эмоциональную отзывчивость на игру;</p> <p>Приучать к самостоятельному участию и совместных играх, при этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей.</p> <p>Закрепить и уточнить знания</p>	<p>Занятия и развлечения. Игры.</p> <p><b>Спортивно-музыкальное развлечение</b> <b>«Маленьким детям – большие права»</b></p> <p><b>Спортивный праздник «Я – здоровый, сильный, смелый»</b></p>

		детей о внешних признаках домашних и диких животных, как передвигаются, чем питаются,	
<b>Июль</b>	1. Тематическая неделя «Безопасность на дороге» 2. Тематическая неделя «Витамины на столе» 3. Тематическая неделя «Приглашаем вас в театр» 4. Тематическая неделя «Виды транспорта»	Уточнить знания детей о правилах дорожного движения, о светофоре и его сигналах, развивать умение применять полученные знания в игровых заданиях, развивать у детей чувство осторожности и внимания; Закреплять с детьми знания о пользе витаминов в овощах и фруктах и других продуктах Привлечь интерес детей к здоровому образу жизни через игры, задания В игровой форме закрепить знания детей о видах транспорта, развивать умение детей имитировать движения транспорта.	Занятия и развлечения. Игры.  <b>Спортивный досуг, посвященный Дню рождения ГИБДД</b> <b>«Правила дорожные знать каждому положено»</b> <b>День здоровья</b> <b>Музыкально - спортивное развлечение «Наш большой зеленый дом»</b>
<b>Август</b>	1. Тематическая неделя «Физкульт-привет!» 2. Тематическая неделя «Одежда, закрепление» 3. Тематическая неделя «В гостях у сказки» 4. Тематическая неделя «Мы	Способствовать формированию потребности заниматься физической культурой и спортом, доставить удовольствие детям от игр, игровых заданий Продолжать развивать у детей	Занятия и развлечения. Игры.  <b>Спортивно-музыкальное развлечение</b> <b>«Лето, лето, ты наш друг!»</b>

	уже подросли	<p>ритмические навыки.</p> <p>Развивать творческую активность детей</p> <p>Развивать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как лягушка, угостить зёрнышками мышку и т. п.), побуждать детей эмоционально откликаться на происходящие события в процессе знакомства с героями литературных произведений.</p> <p>Формировать у детей простейшие образно-выразительные умения (уметь имитировать характерные движения сказочных животных)</p>	
--	--------------	---	--

**Группа среднего дошкольного возраста (4-5 лет)**

Месяц	Тема	Содержание работы	Формы работы, итоговые мероприятия
сентябрь	<p><b>Исследование индивидуального развития воспитанников.</b></p> <p><b>1. Тематическая неделя «Нам учиться не лень!»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Осень. Овощи и фрукты»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Краски осени. Цветы»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя</b></p>	<p>Адаптационный период.</p> <p>Знакомство с вновь поступившими детьми, организационный период.</p> <p>Расширять у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, привлекать детей к активному участию в спортивных играх.</p> <p>Расширять представления детей об осени, овощах и фруктах, активизировать и пополнять лексический словарь по теме «Овощи и фрукты», «Грибы»</p> <p>Развивать мелкую и крупную моторику детей, умение двигаться по залу свободно, ориентироваться в пространстве,</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе, животным; формировать у представление о лесе, деревьях в осенний период; закрепить знания детей об основных признаках осени,</p>	<p>Занятия, развлечение, игры</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p align="center"><b>Музыкально-спортивное развлечение «Здравствуй, детский сад»</b>  <b>Спортивное развлечение «Мой друг - Мячик»</b></p>

		<p>цвете и форме; учить подбирать листочки для дерева по цвету.</p> <p><b>Мониторинг развития детей</b></p>	
<p><b>октябрь</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Я хочу быть здоровым»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Наш детский сад»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Со мной мои друзья»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Наш город»</b></p>	<p>Расширять представление о здоровье. Развивать физические качества, формировать интерес и эмоционально-положительное отношение к занятиям по физкультуре.</p> <p>Развивать внимание, мышление, мелкую моторику рук, воспитывать целеустремленность, воспитывать умение действовать в коллективе, чувство товарищества, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение дружить, уступать, быть добрыми, заботливыми, умение выполнять правила в</p>	<p>Занятия, игры</p> <p><b>Физкультурное развлечение «Путешествие в осенний лес»</b></p>

		<p>играх.          Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр          Закреплять знания о нашем городе. В игровой форме знакомить с достопримечательностями города</p>	
<b>ноябрь</b>	<p><b>1. Тематическая неделя «Правила дорожного движения»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Мебель»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Как животные готовятся к зиме»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Мамины помощники»</b></p>	<p>Расширять представления о правилах дорожного движения; развивать основные виды движений детей          Продолжать развивать интерес к физкультурным занятиям.          Развивать физические навыки, стремление выполнять точно и правильно задания, развивать ловкость, быстроту, внимание, двигательные навыки, интерес к спортивным развлечениям. Воспитывать умение играть вместе, соблюдая правила игры;          Расширение представлений детей о том, как звери готовятся к зиме.          Развивать у детей музыкально-ритмические навыки.          Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p>	<p>Занятия, досуг, народные игры</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный досуг          «Дерево Дружбы»</b></p>

		<p>Развивать творческую активность детей.</p> <p>Привлекать родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения в непринужденной обстановке.</p> <p>Формировать у детей уважение и любовь к матери</p>	
декабрь	<p><b>1. Тематическая неделя «Безопасность всегда и везде»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Профессии»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «К вам шагает Новый год!»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Здравствуй, Дед Мороз!»</b></p>	<p>Закрепить представления детей об опасных для жизни и здоровья предметах, которые встречаются в быту и на улице, правила дорожной и противопожарной безопасности, воспитывать чувство осторожности и самосохранения.</p> <p>Закрепить знания детей о профессиях, развивать речь, наблюдательность, сообразительность,</p> <p>Создать атмосферу праздничного ожидания Нового года у детей, вызвать радостное эмоциональное состояние, активизировать двигательную деятельность и внимание детей через игровые ситуации, развивать фи-</p>	<p>Занятия, игры, хороводы</p> <p style="text-align: center;"><b>Физкультурное развлечение «Путешествие в зимний лес»</b></p>

		зические качества, воспитывать умение соблюдать правила.	
<b>январь</b>	<p><b>2. Тематическая неделя «Здравствуй, Зимушка-зима!»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Зима в лесу»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Животные Арктики», «День Ленинградской блокады»</b></p>	<p>Расширять представления детей о зиме, отмечать сезонные изменения в зимнем лесу и лесных животных</p> <p>Дать детям возможность в игровой ситуации проявить смелость и отзывчивость, развивать чувство ритма, умение координировать движения с текстом стихотворения, познакомить детей</p> <p>Формировать представление о природных зонах Севера, об обитающих животных и птицах Арктики, развивать воображение и творчество в подражательных движениях животных Арктики</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр на зимнюю тематику</p>	<p>Занятия, игры, развлечения.</p> <p><b>Спортивный праздник «Ах, как весело зимой!»</b></p>
<b>февраль</b>	<p><b>1. Тематическая неделя «Волшебница вода»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Военная техника»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Мы — защитники оте-</b></p>	<p>Формировать представления детей о воде, что без воды не возможна жизнь на земле, только закаливание и спорт делают человека сильным,</p>	<p>Занятия, игры, развлечения</p> <p><b>Физкультурный праздник, посвященный «Дню защитника Отечества»</b></p>

	<p>чества»  <b>4. Тематическая неделя «Мамины руки»»</b></p>	<p>здоровым и бодрым.          Развивать физические навыки: ловкость, равновесие, ориентировку в пространстве.          Дать представление о военных профессиях, способствовать психологическому сближению детей и родителей, воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми; развивать у детей чувство гордости своими отцами.          Поддерживать любовь к маме, воспитывать желание ей помогать. Продолжать формировать эмоциональную отзывчивость.</p>	
<p><b>март</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Международный женский день»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Масленица»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Береги планету»</b>  <b>4. Тематическая</b></p>	<p>Поддерживать любовь к маме и бабушке, воспитывать уважение к воспитателям, сотрудникам детского сада.          Продолжать формировать эмоциональную отзывчивость. Развивать творческую активность детей,          Продолжать формировать у детей желания заботиться об окружающей природе, беречь</p>	<p>Занятия, беседы, народные игры и хороводы</p> <p style="text-align: center;"><b>Фольклорное развлечение «Широкая масленица»</b></p>

	<p><b>неделя «Театры нашего города»</b></p>	<p>ее, закреплять правила поведения на природе, способствовать развитию доброжелательных отношений</p> <p>Приобщать детей к традиции народных гуляний.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием народных игр</p> <p>Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми</p> <p>Знакомить детей с традициями и обычаями русского народа; с народными играми и забавами. Развивать коммуникативные качества</p>	
--	---	--	--

<p><b>апрель</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Мамин праздник», «Масленица»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Дымковская игрушка»</b>  <b>3. Тематическая неделя «День земли»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Театральная весна»</b></p>	<p>Расширять представления о весне. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы</p> <p>Знакомить детей с традициями и обычаями русского народа; с народными играми и забавами. Развивать коммуникативные качества</p> <p>Приобщать детей к здоровому образу жизни; развивать двигательную активность детей; закреплять правила и двигательные умения в играх, конкурсах</p> <p>Воспитывать гуманное отношение к природе, чувство ответственности за все живое на земле.</p>	<p>Занятия и развлечения.  Игры  <b>День Здоровья</b>  <b>Спортивный праздник «Азбука здоровья»</b></p> <p><b>Музыкально-спортивный досуг «День матери-земли»</b></p>
<p><b>май</b></p>	<p><b>Исследование индивидуального развития воспитанников.</b></p> <p><b>1 Тематическая неделя «День Победы»</b>  <b>2 Тематическая неделя «Времена года, закрепление»</b>  <b>3 Тематическая неделя «Весенняя лаборато-</b></p>	<p>Воспитывать чувство гордости за героизм нашего народа и уважения к Родине.</p> <p>Формировать у детей интерес к физической культуре через проведение подвижных игр и игровых заданий на военную тематику</p> <p>Закреплять умение детей</p>	<p>Занятие с элементами пасхальных народных игр.</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p><b>Физкультурное развлечение «Весенние встречи»</b></p>

	<p>рия»  <b>4 Тематическая неделя</b>  <b>«Время весёлых игр, повторение», «День города»</b></p>	<p>участвовать в играх с элементами соревнования, выполнять правила в подвижных играх, играть дружно, создать радостное настроение от совместной двигательной активности, доставить радость в ощущениях собственных движений в играх.          Воспитывать у детей чувство любви к родному городу.          Расширять представления о родном городе          Совершенствовать двигательные способности детей;          Развивать у детей музыкально-ритмические навыки          Пропагандировать здоровый образ жизни детям и родителям, использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании; прививать любовь к физкультуре и спорту</p>	
<p><b>Июнь</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя</b>  <b>«Лето, лето!»</b>  <b>2. Тематическая неделя</b>  <b>«Мы живём в России»</b>  <b>3. Тематическая неделя</b>  <b>«Деревья нашего края»</b></p>	<p>Расширять представления о лете, воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы.</p>	<p>Занятия и развлечения.          Игры.    <p style="text-align: center;"><b>Спортивно-музыкальное развлечение</b>  <b>«Маленьким детям – большие права»</b></p></p>

	<p><b>4. Тематическая неделя «В мире насекомых»</b></p>	<p>Способствовать через двигательную-игровую деятельность эмоциональному развитию ребенка,          Приучать к самостоятельному участию и совместных играх          Побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей.          Закреплять двигательные навыки, развивать физические качества и способности;          Расширить представления детей о России, Родине;          Воспитывать любовь к своей Родине, бережное, заботливое отношение к своему родному краю          Расширять представления о насекомых, деревьях          Развивать воображение и умение подражать повадкам насекомых через движение</p>	<p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник «Я – здоровый, сильный, смелый»</b></p>
--	---	---	---

<p><b>Июль</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «День семьи»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Лес, луг, сад»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Азбука здоровья»</b>  <b>4. Тематическая неделя «В речном царстве»</b></p>	<p>Формировать представление о семье, как о людях, которые любят друг друга, заботятся друг о друге  Расширять представления детей о лете, воспитывать бережное отношение к природе, растениям.  Закреплять и совершенствовать приобретенные ранее двигательные умения и навыки, развивать физические качества (координацию движений, двигательную инициативу, быстроту реакции, ловкость, умение ориентироваться в пространстве)  Развивать потребность детей в двигательной активности.  Воспитывать желание внимательно относиться к себе и своему здоровью.</p>	<p>Занятия и развлечения.  Игры.</p> <p><b>Спортивный досуг, посвященный Дню рождения ГБДД «Правила дорожные знать каждому положено»</b></p> <p><b>День Здоровья. Музыкально – спортивное развлечение «Наш большой зеленый дом»</b></p>
<p><b>Август</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Правила дорожного движения»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Юные исследователи»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Мы любим играть»</b></p>	<p>Закрепить знания о светофоре и его сигналах, дорожных знаках  Совершенствовать культуру поведения на дороге.  Стимулировать интерес к двигательной активности, развивать быстроту, ловкость в играх</p>	<p>Занятия и развлечения.  Игры.</p> <p><b>Спортивно-музыкальное развлечение «Лето, лето, ты наш друг»</b></p>

	<b>4. Тематическая неделя «Что такое школа»</b>	Продолжать развивать у детей ритмические навыки. Развивать творческую активность детей Совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении основных видов движений: Формировать положительное отношение к школе	
--	---	---	--

**Группа старшего дошкольного возраста (5-6 лет)**

Месяц	Тема	Содержание работы	Формы работы, итоговые мероприятия
сентябрь	<p><b>Исследование индивидуального развития воспитанников.</b></p> <p><b>1. Тематическая неделя «Красота осени»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Осень в лесу»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Грибы»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Осень в творчестве поэтов и художников»</b></p>	<p>Адаптационный период.</p> <p>Знакомство с вновь поступившими детьми, организационный период.</p> <p>Расширять знания об осени, правилах безопасного поведения на природе, приспособленности растений, животных к изменениям в природе, явлениях природы.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе, животным; формировать у детей обобщенное представление о лесе, деревьях в осенний период; закрепить знания детей об основных признаках осени, цвете и форме; учить подбирать листочки для дерева по цвету.</p> <p>Способствовать формированию положительных эмоций.</p> <p>Продолжать развивать интерес к физкультурным занятиям.</p>	<p>Занятия, спортивный досуг, игры.</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p align="center"><b>Музыкально-спортивное развлечение «Здравствуй, детский сад»</b></p> <p align="center"><b>Спортивный досуг «Мой друг - мячик»</b></p>

		<p>Побуждать детей к совместной двигательной деятельности, приобщать детей к здоровому образу жизни; развивать двигательную активность детей; закреплять правила и двигательные умения в играх, конкурсах и эстафетах; способствовать развитию доброжелательных отношений</p> <p>Закрепить знания правил дорожного движения; развивать основные виды движений детей</p> <p><b>Мониторинг развития детей</b></p>	
октябрь	<p><b>1. Тематическая неделя «На зарядку становись»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Все профессии важны»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Россия — многонациональная страна»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Москва — столица России»</b></p>	<p>Расширять представление о здоровом образе жизни. Развивать физические качества, формировать интерес и эмоционально-положительное отношение к занятиям по физкультуре. Развивать внимание, мышление, мелкую моторику рук.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр.</p> <p>Расширять знания детей о различных профессиях;</p>	<p>Занятия, игры</p> <p><b>Спортивный досуг</b></p> <p><b>«Золотая осень»</b></p>

		<p>Расширить и углублять знания и представления детей о нашей многонациональной России; познакомить с народными играми других народов; воспитывать уважения к народам, живущим в России. Закреплять знания о главном городе страны – Москве</p>	
<p><b>ноябрь</b></p>	<p><b>1. «Народные промыслы России»</b>  <b>2. «Золотая хохлома. Игрушки»</b>  <b>3. «Осенняя мода»</b>  <b>4. «Мама – лучший друг»</b></p>	<p>Продолжат знакомить детей с народными играми, предметами народных промыслов.</p> <p>Продолжать развивать интерес к русскому фольклору (игры, песни, хороводы)</p> <p>Продолжать развивать у детей музыкально-ритмические навыки.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p> <p>Развивать творческую активность детей.</p> <p>Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать созданию традиций, теплых взаимоотношений в семье, воспитать у детей любовь и уважение к матери.</p>	<p>Занятия, досуг, игры, посвящённые «Дню Матери»</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный досуг «Игры народов мира»</b></p>

декабрь	<p><b>1. Тематическая неделя «Такой разный транспорт»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Новый год шагает по планете»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Скоро будет праздник!»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Волшебство Нового года»</b></p>	<p>Систематизировать знания о различных видах транспорта; Закрепить умение классифицировать его по назначению; Закрепить знания о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства</p> <p>Формировать представления о сезонных изменениях в жизни диких животных, их повадках, внешнем виде, питания, образе жизни в зимний период, развивать умение изображать их повадки через подражательные имитационные движения, воспитывать бережное отношение к природе и ее обитателям. Создать радостное настроение ожидания Новогоднего праздника. Знакомить детей с новогодними традициями, хороводами, зимними забавами и видами спорта</p>	<p>Занятия, игры, хороводы</p> <p>Просмотр презентации «Зимние виды спорта»</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный досуг «Зимние виды спорта»</b></p>
январь	<p><b>2. Тематическая неделя «Зимний лес»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Зимние виды спорта»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя</b></p>	<p>Расширять и обогащать знания об особенностях зимней природы, экологическими знаниями о зиме, зимнем ле-</p>	<p>Занятия, игры, развлечения.</p> <p style="text-align: center;"><b>Детско-родительский досуг «Ах, как весело зимой!»</b></p>

	<p><b>«Бело-голубая гжель»</b></p>	<p>се и лесных животных.          Дать детям возможность в игровой ситуации проявить смелость и отзывчивость, развивать чувство ритма, умение координировать движения с текстом стихотворения, продолжать формировать физические навыки: ловкость, равновесие, ориентировку в пространстве.          Приобщать дошкольников к здоровому образу жизни, закреплять знания о зимних видах спорта, развивать интерес к зимним видам спорта посредством эстафет; смекалку, чувство товарищества и умение действовать в команде, развивать коммуникативные качества. Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p>	
--	------------------------------------	--	--

<p><b>февраль</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Арктика и Антарктика»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Рода войск»</b>  <b>3. Тематическая неделя «День защитника Отечества»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Руки бабушки и мамы»</b></p>	<p>Формировать целостное представление о природных зонах Севера, закрепление знаний об обитающих животных и птицах Арктики. Прививать уважение и любовь, чувство гордости к родному городу, к людям, которые его строили - профессии строителя. Расширять представление детей о государственном празднике, воспитывать чувство патриотизма, гражданственности, физической и нравственной культуры у воспитанников, способствовать психологическому сближению детей и родителей, воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми; развивать у детей чувство гордости своими отцами. Знакомить детей с традициями и обычаями русского народа; с народными играми и забавами. Развивать коммуникативные качества. Прививать навыки уважи-</p>	<p>Занятия, игры, развлечения.</p> <p><b>Спортивный праздник, посвященный «Дню защитника Отечества»</b></p>
-----------------------	--	--	---

		тельного отношения к старшему поколению	
март	<p><b>1. Тематическая неделя «Международный женский день»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Масленица»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Береги планету»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Театры нашего города»</b></p>	<p>Поддерживать любовь к маме и бабушке, воспитывать уважение к воспитателям, сотрудникам детского сада.</p> <p>Продолжать формировать эмоциональную отзывчивость. Развивать творческую активность детей,</p> <p>Продолжать формировать у детей желания заботиться об окружающей природе, беречь ее, закреплять правила поведения на природе.</p> <p>Приобщать детей к здоровому образу жизни; развивать двигательную активность детей; закреплять правила и двигательные умения в играх, конкурсах и эстафетах; способствовать развитию доброжелательных отношений</p> <p>Воспитать чувство бережного отношения к природе; уточ-</p>	<p>Занятия, вечера досуга, игры.</p> <p style="text-align: center;"><b>Фольклорное развлечение «Широкая масленица» Физкультурный досуг «Веселые семейные старты»</b></p>

		<p>нить и расширить имеющиеся представления детей о лесе и его обитателях; закрепить знание правил пожарной безопасности;</p> <p>Приобщать детей к традиции народных гуляний.</p> <p>Обогащать активный игровой опыт детей разнообразием игр</p> <p>Развивать интерес к русской народной культуре, фольклору</p>	
апрель	<p><b>1. Тематическая неделя «Весна, перелётные птицы»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Космос»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Неделя детской книги»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Пасхальные чудеса»</b></p>	<p>Расширять представления о весне. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы, закрепить представления детей о зимующих и перелетных птицах;</p> <p>Формировать стремление к самостоятельности в поиске способов и средств воплощения двигательного замысла, развивать быстроту и ловкость в игровых ситуациях, закреплять знания детей о</p>	<p>Занятие с элементами пасхальных народных игр.</p> <p><b>Музыкально-спортивный досуг</b></p> <p><b>«День матери-земли»</b></p> <p><b>День Здоровья</b></p> <p><b>Спортивный праздник</b></p> <p><b>«Азбука здоровья»</b></p>

		<p>полётах человека в космос, о космонавтах, планетах солнечной системы.</p> <p>В игровой форме закреплять знания о правилах дорожного движения, дорожных знаках, о назначении светофора.</p> <p>Продолжать знакомить детей с русскими народными заличками, совершенствовать двигательные умения и навыки, Развивать интерес к русской народной культуре, устному и музыкальному фольклору.</p>	
май	<p><b>Исследование индивидуального развития воспитанников.</b></p> <p><b>1. Тематическая неделя «Праздник 9 мая!»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Игры и игрушки»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Неделя славянской письменности»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Повторение пройденного»</b></p>	<p>Осуществлять патриотическое воспитание, воспитывать любовь к Родине, уважение к её истории; формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы.</p> <p>Знакомить детей с военными профессиями, играми на военную тематику</p> <p>Воспитывать у детей чувство любви к родному городу.</p> <p>Расширять представления о родном городе, о его истории и традициях, воспитывать выдержку, волю к победе, взаимопомощь,</p> <p>Доставлять детям радость от</p>	<p>Занятия и развлечения.</p> <p>Игры</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный досуг «Весенние старты»</b></p>

		<p>общения с родителями.          Пропагандировать здоровый образ жизни детям и родителям, использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании; прививать любовь к физкультуре и спорту</p>	
<b>Июнь</b>	<p><b>1. Тематическая неделя «День защиты детей»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Моя родина Россия!»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Деревья и кустарники»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Насекомые, закрепление»</b></p>	<p>Дать детям элементарные представления о международном празднике «Дне защиты детей», способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию ребенка, расширять представления о лете, воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы.          Приучать к самостоятельному участию и совместных играх при этом побуждать каждого ребенка к проявлению своих возможностей.          Закреплять двигательные навыки, развивать физические качества и способности;          Закрепить и расширить знания детей о России, Родине;          Продолжать учить договари-</p>	<p>Занятия и развлечения.          Игры.</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивно-музыкальное развлечение          «Маленьким детям – большие права»</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник          «Я – здоровый, сильный, смелый»</b></p>

		<p>ваться друг с другом, налаживать диалогическое общение в совместной (командной) игре. Развивать наблюдательность, внимание, связную речь, познавательный интерес;</p> <p>Воспитывать любовь к своей Родине, бережное, заботливое отношение к своему родному краю</p>	
<b>Июль</b>	<p><b>1. Тематическая неделя «Наша дружная семья»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «На лугу»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Животные жарких стран»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Морские обитатели»</b></p>	<p>Расширять представления детей о лете, воспитывать бережное отношение к природе, животным.</p> <p>Закреплять знания детей о животных жарких стран, морских обитателях</p> <p>Закреплять и совершенствовать приобретенные ранее двигательные умения и навыки, развивать физические качества (координацию движений, двигательную инициативу, быстроту реакции, ловкость, умение ориентироваться на действия других при построении своих действий)</p>	<p>Занятия и развлечения.</p> <p>Игры.</p> <p><b>Спортивный досуг, посвященный Дню рождения ГБДД</b></p> <p><b>«Правила дорожные знать каждому положено»,</b></p> <p><b>День Здоровья</b></p> <p><b>Музыкально-спортивное развлечение</b></p> <p><b>«Наш большой зеленый дом»</b></p>

<p><b>Август</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «День Светофора»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Неделя науки»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Символика России»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Будущие первоклассники»</b></p>	<p>Закрепить знания о светофоре и его сигналах, дорожных знаках  Совершенствовать культуру поведения на дороге.  Стимулировать интерес к двигательной активности, развивать быстроту, ловкость в эстафетах.  Продолжать развивать у детей ритмические навыки.  Развивать творческую активность детей  Совершенствовать двигательные умения и навыки при выполнении основных видов движений:  Закрепить и обобщить знания детей о государственных символах России: флаг, гимн, герб.  Воспитывать патриотические чувства любви к своей Родине – России, к родному городу.  Создать положительное эмоциональное настроение у детей  Формировать положительное отношение к школе  Укреплять здоровье детей в совместных командных играх.  Формировать устойчивый ин-</p>	<p>Занятия и развлечения.  Игры.</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивно-музыкальное развлечение  «Лето, лето, ты наш друг»</b></p>
----------------------	---	---	---

		терес к выполнению физических упражнений, развивать основные физические качества, воспитывать целеустремленность, настойчивость и чувство товарищества при проведении коллективных эстафет	
--	--	--	--

**Подготовительная к школе группа (6-7 лет)**

<b>Месяц</b>	<b>Тема</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы, итоговые мероприятия</b>
сентябрь	<p><b>Исследование индивидуально-го развития воспитанников.</b></p> <p><b>1. Тематическая неделя «День знаний»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Сельскохозяйственные профессии»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Праздник урожая»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Осень в стихах и картинах»</b></p>	<p>Адаптационный период.</p> <p>Знакомство с вновь поступившими детьми, организационный период</p> <p>Развивать у детей интерес к школе, формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми.</p> <p>Развивать двигательные умения и навыки посредством игр, эстафет, развивать ловкость, выносливость, быстроту реакции; способствовать развитию положительных эмоций, чувства взаимопомощи, дружбы, сопереживания. Закреплять знания детей о временах года, о труде людей осенью, о фруктах и овощах</p> <p>Обогащать знания детей о различных профессиях; воспитывать уважение к труду взрослых, развивать физические качества детей: ловкость, быстроту, выносливость; формировать умение творчески использовать свой двигательный опыт в специально созданных условиях;</p> <p><b>Мониторинг развития детей.</b></p>	<p>Занятия, досуг, игры.</p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p> <p align="center"><b>Музыкально-спортивное развлечение «Здравствуй, детский сад»</b></p> <p align="center"><b>Спортивный досуг «Мой друг -мяч»</b></p>

<p><b>октябрь</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Мой родной город»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Достопримечательности родного города»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Дети разных стран — друзья»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Москва»</b></p>	<p>Развивать у детей любовь и интерес к городу, в котором мы живем, о его достопримечательностях и истории; развивать эмоциональную сферу ребёнка, чувство удовлетворения от правильно выполненных заданий; учить выразительно, согласованно и ритмично выполнять упражнения под музыку.</p> <p>Продолжать формировать представления о мире, континентах, закреплять знания о жизни и культуре народов мира, воспитывать толерантность, эмоциональную отзывчивость, доброжелательность, углублять представление о безопасном поведении во время проведения игр, закреплять двигательные умения, знание правил в подвижных играх, развивать физические качества (силу, ловкость, выносливость)</p> <p>Закрепление знаний о Москве, воспитывать любовь к Родине</p>	<p>Занятия, вечера развлечений,</p> <p><b>Спортивный досуг «Золотая осень»</b></p>
<p><b>ноябрь</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «День народного единства»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Они прославили Россию»</b>  <b>3. Тематическая неделя</b></p>	<p>Формировать у детей чувство толерантности, интереса и уважения к другим национальным культурам, продолжать знакомить детей с подвижными играми народов мира;</p> <p>Совершенствовать двигательные умения. Развивать физические качества: ловкость, координацию, быстроту.</p> <p>Воспитывать внимание, чувство това-</p>	<p>Занятия, игры по теме «День Матери»</p> <p><b>Спортивный досуг «Игры народов мира»</b></p>

	<p>«Тело человека»  <b>4. Тематическая неделя</b>  «День матери»</p>	<p>рищества.  Закреплять навыки работы с мячом;  • Развивать физические качества детей: ловкость, быстроту, двигательную память; продолжать учить внимательно слушать и выполнять правила игр и эстафет, развивать творческую активность детей.  Закреплять знания о теле человека; совершенствовать навыки перемещения предметов, использования дыхательной гимнастики; активировать фантазию детей посредством создания «человека»; продолжать знакомить детей с окружающим миром  Воспитывать уважительное отношение к мамам; способствовать развитию двигательную активность детей, желания проявить себя в совместной деятельности.</p>	
декабрь	<p><b>1. Тематическая неделя «Транспорт»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Зимняя лаборатория»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Новогодние хлопоты»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Новый год в разных странах»</b></p>	<p>Расширять знания о видах транспорта, развивать у детей интерес к спортивным играм, желание использовать их элементы в самостоятельной двигательной деятельности; закреплять навыки соревнований, умение работать в командах.  Способствовать развитию навыка движений под музыку  Закреплять в игровой форме знания о зиме и Арктике; способствовать выработке положительного отношения к фи-</p>	<p>Занятия, игры, хороводы  Просмотр презентации  «Зимние виды спорта»</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный досуг</b>  <b>«Зимние виды спорта»</b></p>

		<p>зическим упражнениям; развивать об-разно-двигательный потенциал.</p> <p>Формирование интереса у детей старшего дошкольного возраста к зимним видам спорта посредством эстафет и конкурсов, закрепить знания и навыки, полученные на занятиях по физической культуре, развивать быстроту двигательной реакции.</p>	
январь	<p><b>2. Тематическая неделя «Лес зимой»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Зимующие птицы»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Зимние игры», «День полного освобождения блокады Ленинграда»</b></p>	<p>Закреплять у детей представления о зиме</p> <p>Продолжать воспитывать любовь, гуманное, заботливое отношение к окружающему миру, к зимующим птицам</p> <p>Развивать ловкость, быстроту, смелость, выносливость; закреплять двигательные навыки, воспитывать потребность в движении, интерес к подвижным играм</p> <p>Развивать интерес к зимним играм и видам спорта посредством эстафет и конкурсов, закрепить знания и навыки, полученные на занятиях по физкультуре; развивать быстроту двигательной реакции, согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе;</p> <p>Продолжать знакомить детей с народными играми и забавами. Развивать коммуникативные качества.</p>	<p>Неделя здоровья в рамках творческого проекта.</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник «Ах, как весело зимой!»</b></p>

		<p>Расширить знания детей о БЖД в зимний период;</p> <p>Закрепить полученные на физкультурных занятиях умения и навыки;</p> <p>. Развивать познавательные интересы воспитанников, используя фольклор, подвижные и речевые игры.</p>	
<b>февраль</b>	<p><b>1. Тематическая неделя «Научные открытия»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Широкая Масленица»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Будем в армии служить»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Женский день 8 марта»</b></p>	<p>Развивать общую и мелкую моторику; содействовать развитию координации движений, вниманию, коммуникативности.</p> <p>Формирование первичных представлений детей о Российской Армии, о необходимости защищать Отечество, воспитывать у дошкольников чувства патриотизма, уважения к защитникам Отечества.</p> <p>Совершенствовать навыки физической культуры, развивать ловкость, координацию движений, выносливость и др.</p> <p>Способствовать развитию смелости, решительности, чувства взаимопомощи, сопереживания.</p> <p>Воспитывать любовь к маме и бабушке, уважение к воспитателям, сотрудникам детского сада, Воспитывать у мальчиков гендерные представления об уважительном отношении к женщинам, девочкам.</p>	<p>Занятия, игры, развлечения</p> <p><b>Физкультурный праздник посвященный «Дню защитника Отечества»</b></p>

<p><b>март</b></p>	<p><b>1.Тематическая неделя «Декоративно-прикладное искусство»</b>  <b>2.Тематическая неделя «Первоцветы»</b>  <b>3.Тематическая неделя «Планета — наш общий дом»</b>  <b>4.Тематическая неделя «Книжкина неделя»</b></p>	<p>Совершенствовать двигательные умения и навыки.  Способствовать эмоциональному общению детей, участию в совместной двигательной деятельности.  Закреплять представление о первоцветах, находить связь между цветущими растениями и насекомыми, обогащать словарь (мать-и - мачеха, ландыш, ядовитый, охраняемый, заморозки, первоцветы, росток, одуванчик, незабудка, нектар).  Помогать замечать красоту природных объектов и явлений.  Развивать творческое воображение, Воспитывать любовь к родной земле.  Учить видеть прекрасное вокруг себя.  Закрепить у детей знания о правилах поведения в природе. Учить бережному и доброму отношению к природе и друг к другу.  Углублять знания детей о традициях и обычаях русского народа; знакомить с народными играми и забавами. Развивать коммуникативные качества. Приобщать детей к традиции народных гуляний.</p>	<p>Занятия, беседы, народные игры и хороводы.  <b>Фольклорное развлечение «Широкая масленица»</b>  <b>Физкультурный досуг «Веселые семейные старты»</b></p>
--------------------	---	--	---

<p><b>апрель</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Покорители вселенной»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Светлая Пасха»</b>  <b>3. Тематическая неделя «Давай пойдём в театр»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Природа весной, насекомые»</b></p>	<p>Уточнять и расширять представления детей о космосе, работе космонавтов. Вызвать познавательный интерес к космосу, развивать фантазию, воображение, мышление.</p> <p>Учить детей творческому самовыражению и свободному общению со сверстниками.</p> <p>Расширить кругозор детей о народном русском празднике-Пасха</p> <p>Формировать навыки здорового образа жизни; воспитывать бережное отношение к своему здоровью, понимание необходимости выполнять санитарно-гигиенические правила; формировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом; доставлять радость и удовольствие от игр развивающей направленности; создавать условия для проявления настойчивости, смекалки, взаимопомощи. Расширять представления о весне, ее приметах. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту весенней природы. Развивать навыки основных движений, музыкально-ритмические способности.</p> <p>Развивать умения детей показывать образы насекомых через имитацион-</p>	<p>Занятия, игры, развлечения</p> <p style="text-align: center;"><b>День Здоровья  Спортивный праздник  «Азбука здоровья»</b></p>
----------------------	---	--	---

		ные движения, Развивать творческую активность детей	
май	<p><b>Исследование индивидуального развития воспитанников</b></p> <p><b>1. Тематическая неделя «9 мая — День Победы!»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «В мире музыки»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Славянская культура и письменность»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «До свидания, детский сад!», «День города»</b></p>	<p>Воспитать чувство гордости, благодарности и уважения к дедам и прадедам защищавшим нашу Родину, учить применять ранее полученные знания и умения на занятиях по физической культуре, развивать выдержку, выносливость, воображение, кругозор; воспитывать соревновательные качества, чувства взаимовыручки, поддержка.</p> <p>Знакомить детей с играми и эстафетами на военную тематику</p> <p>Расширять представления о родном городе Санкт- Петербурге, воспитывать чувство гордости за наш город</p> <p>Пропагандировать здоровый образ жизни детям и родителям, использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании; развивать координацию движений, ловкость, умения действовать по сигналу; прививать любовь к физкультуре и спорту.</p>	<p>Игры с элементами пасхальных народных игр.</p> <p><b>Спортивный досуг «Весенние старты»</b></p> <p>Заполнение персональных карт развития детей и карт мониторинга образовательного процесса</p>

<p><b>Июнь</b></p>	<p><b>1. Тематическая неделя «Лето красное пришло»</b>  <b>2. Тематическая неделя «Я горжусь Россией»</b>  <b>3. Тематическая неделя «В мире профессий»</b>  <b>4. Тематическая неделя «Безопасное поведение в природе»</b></p>	<p>Осуществлять патриотическое воспитание, воспитывать любовь к Родине, уважение к ее истории</p> <p>Формировать представления о празднике, посвященном Дню России</p> <p>Закреплять знания детей о различных профессиях; расширять кругозор детей, воспитывать самостоятельность; чувство ответственности; уважение к труду взрослых.</p> <p>Формировать у детей обобщенные представления о лете.</p> <p>Закреплять знания о многообразии цветов, воспитывать любовь и бережное отношение к природе</p> <p>Способствовать формированию знаний и умений по защите жизни и здоровья в летний период, формировать у детей понимание необходимости соблюдать правила безопасного поведения на улицах и дорогах, в лесу и на воде.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природе, животным, растениям, обогащать двигательный опыт детей, развивать музыкально-ритмические способности.</p> <p>Дать детям элементарные знания и представления о международном празднике «День защиты детей», воспитывать у детей дружелюбие, радость</p>	<p style="text-align: center;">Игры, забавы</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивно-музыкальное развлечение «Маленьким детям – большие права»</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивный праздник для детей «Я – здоровый, сильный, смелый»</b></p>
--------------------	---	--	---

		от солидарности со сверстниками при выполнении заданий в команде, закреплять умение выполнять правила в подвижных играх, развивать силу, выносливость, быстроту реакции при выполнении спортивных упражнений	
<b>Июль</b>	<p><b>1. Тематическая неделя «День семьи, любви и верности»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Удивительный мир животных»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Удивительный мир растений»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Удивительный мир морей»</b></p>	<p>Воспитывать любовь и уважение к семье, как к людям, которые живут вместе, любят друг друга и заботятся о родных и близких, формировать умения организованно соревноваться, играть в коллективе, добиваться результатов, гордиться своими результатами, способствовать развитию координации движений, волевых качеств, целеустремленность, воспитывать самостоятельность, уважительное и дружеское отношение между дошкольниками. Закреплять знания мира диких и домашних животных; развивать познавательную активность, наблюдательность, внимание; воспитывать любовь и бережное отношение к природе и к ее жителям, желание помогать им, развивать двигательную находчивость, умение координировать свои действия при совместном решении двигательных задач, воображение.</p> <p>Способствовать формированию у детей представления о том, как люди забо-</p>	<p>Занятия, игры, развлечения</p> <p><b>Спортивный досуг посвященный Дню рождения ГБДД</b> <b>«Правила дорожные знать каждому положено»</b></p> <p><b>День Здоровья</b> <b>Музыкально-спортивное развлечение</b> <b>«Наш большой зеленый дом»</b></p>

		<p>тятся о природе, хотят её сохранить, закрепить правила поведения в природе, прививать любовь к животным, насекомым, растениям, стимулировать интерес у детей к двигательной активности, создать условия для развития быстроты, ловкости в эстафетах.</p> <p>Расширять представления о родном городе, совершенствовать физические качества, двигательные умения и навыки, удовлетворение потребности детей в движении, способствовать познавательному развитию ребенка посредством выполнения правил конкурсов, разгадывания загадок, игр, соревнований</p>	
<b>Август</b>	<p><b>1. Тематическая неделя «Правила безопасного поведения»</b></p> <p><b>2. Тематическая неделя «Спорт»</b></p> <p><b>3. Тематическая неделя «Вот и лето прошло»</b></p> <p><b>4. Тематическая неделя «Здравствуй школа»</b></p>	<p>Закреплять представления детей об опасных для жизни и здоровья предметах, которые встречаются в быту и на улице, закреплять правила противопожарной и дорожной безопасности, предостеречь детей от неприятностей, связанных с контактами с незнакомыми людьми, продолжать обучать детей правилам безопасности и умения ориентироваться в чрезвычайных ситуациях, воспитывать чувство осторожности и самосохранения, воспитывать ответственное отношение к своей жизни и здоровью.</p>	<p>Занятия, игры, развлечения</p> <p style="text-align: center;"><b>Спортивно-музыкальный праздник «Лето, лето, ты наш друг»</b></p>

		<p>Укреплять здоровье детей, удовлетворять физические потребности детей в движении, развивать ловкость, зрительно – двигательную координацию, способность ориентироваться в пространстве; создать положительные эмоции, радость от совместной двигательной деятельности.</p> <p>Закреплять у детей знания о лете как времени года, способствовать формированию двигательной активности; развивать творческие способности; развивать навыки совместной деятельности.</p> <p>Развивать интерес детей к спортивно-массовым мероприятиям, развивать скоростные способности с помощью уже ранее знакомых детям эстафет, приобщать к здоровому образу жизни, воспитывать стойкий интерес к физкультуре и спорту, демонстрировать спортивные достижения</p>	
--	--	--	--

**2.3. Интеграция образовательной области  
«Физическое развитие» с другими образовательными областями**

<p>Образовательная область <b>«Речевое развитие»</b></p>	<p>Проговаривание действий и названий упражнений; поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой</p>
<p>Образовательная область <b>«Познавательное развитие»</b></p>	<p>Активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет инвентаря и пр.); специальные упражнения на ориентировку в пространстве; подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых); построение конструкций из мягких блоков, спортивного оборудования); участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования; формирование элементарных математических представлений; формирование целостной картины мира, расширение кругозора</p>
<p>Образовательная область <b>«Социально- коммуникативное развитие»</b></p>	<p>Формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарем; создание на занятиях физической культурой педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки; побуждение детей к самооценке действий и поведения сверстников.</p>
<p>Образовательная область <b>«Художественно- эстетическое развитие»</b></p>	<p>Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы сказок; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера</p>

**2.4. Система педагогического мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования и образовательной программы**

<b>Объект педагогического мониторинга</b>	<b>Формы и методы педагогического мониторинга</b>	<b>Периодичность проведения педагогического мониторинга</b>	<b>Длительность проведения педагогического мониторинга</b>	<b>Сроки проведения педагогического мониторинга</b>
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области «Физическое развитие»	Наблюдение: – в самостоятельной деятельности (на прогулке, в центре здоровья и п/и); – в совместной деятельности (утренняя гимнастика, подвижные игры, эстафеты, соревнования); – в непрерывной образовательной деятельности (физкультурные занятия, досуги, праздники).	2 раза в год	2 недели	Сентябрь, Май

**2.5. Организация и формы взаимодействия с родителями  
(законными представителями) воспитанников**

<b>Месяц</b>	<b>Форма организации мероприятия</b>	<b>Тема</b>	<b>Материал</b>
IX	Выступление на родительском собрании Младшие группы	«Давайте познакомимся»	Конспекты выступления
	Средние группы	«Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»	
	Старшие группы	«Совместные занятия спортом детей и родителей»	
	Подготовительные группы	«Правильная осанка - гарант здоровья наших детей»	
X	Дистанционный проект	«Будьте здоровы!»	Публикации информационного, видео, практического материала на сайте
	Консультация для родителей средних групп	«На зарядку всей семьей!»	Конспекты консультаций
	Консультация для родителей старших групп	«Здоровая семья – здоровый ребенок»	
XI	Детско-родительский досуг (младшие группы)	«Вместе с мамой»	Сценарий досуга
	Спортивный досуг (старшие группы)	«Моя мама – лучше всех!»	Сценарий досуга
XII	Консультация для родителей подготовительных групп	«Физическая готовность ребенка к школе»	Конспект консультации
I	Рекомендации	«Игры с детьми зимой»	Информационный лист
II	Спортивный праздник совместно с папами	«День защитника Отечества»	Сценарий праздника
	Фотовыставка	«Наши папы – наша гордость»	фото
III	Памятка	«Физкультура дома»	Информационные листы в уголок для родителей Конспект досуга
	Детско – родительский досуг	«Веселые семейные старты»	
IV	Рекомендации	«Игры дома для детей»	Информационный лист
V	Анкетирование	«Определение уровня знаний родителями основ здорового образа жизни»	Анкеты
В течение года	Консультации, рекомендации для родителей по необходимости		

## **2.6. ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

### **Ситуационный подход (технология создания образовательных ситуаций)**

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т.е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия педагога и ребенка. Продукты совместной двигательной деятельности являются нематериальными. Это новые знания, умения, образ, отношение, переживание.

### **Здоровьесберегающие технологии**

«Выделяют (применительно к дошкольному образованию) классификацию здоровьесберегающих технологий физкультурно-оздоровительные, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка – технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др...» (Хабарова Т.В, Педагогические технологии в дошкольном образовании. – Спб ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС, 2011. - С. 23-24).

Утренняя гимнастика в группах проводится по технологии «Комплексы утренней гимнастики для детей 3-7 лет»

Дыхательная гимнастика (упражнения) применяется в процессе организации непосредственно образовательной деятельности в зале (физкультурное занятие) в игровой форме с учетом комплексно-тематического планирования.

«По классификации А.М. Сивцовой (2008) в условиях современного детского сада используются следующие виды здоровьесберегающих технологий (технологий сохранения и стимулирования здоровья): элементы стретчинга, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая» (Дошкольная педагогика: учебник для бакалавров / Н.А. Виноградова, Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева; под общ. Ред. Н.В. Микляевой. – М.: Издательство Юрайт, 2012, С. 162).

Подвижные игры включаются в физкультурные занятия в зале и на открытом воздухе, организуются на утренней гимнастике и на спортивной площадке во время прогулки.

Пальчиковая гимнастика в игровой форме с учетом тем комплексно-тематического планирования включается в физкультурные занятия, проводимые в зале

### **Технология интеграции образовательных областей**

Включение в физкультурные занятия загадок, стихотворений, музыкальных произведений с учетом комплексно-тематического планирования, опрос, беседа, акцентирование внимания на цвете, материале, возможностях использования инвентаря, подсчет, использование карточек, др. позволяют интегрировано решать задачи образовательных областей.

### **Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми**

«Создаваемые педагогом в процессе взаимодействия с детьми ситуации, ориентированные на личностное развитие (ситуации успеха; ситуация, обращенная к личному опыту ребенка; ситуация выбора задания, способа выполнения задания, оборудования, партнера по деятельности).

Создаваемая ситуация выбора – это спроектированная педагогом деятельность...» (Хабарова Т.В, Педагогические технологии в дошкольном образовании – Спб ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС, 2011. - С. 32- 33).

Выбор партнеров по деятельности реализуется в парных заданиях разного характера; в подвижных играх, в том числе в играх-эстафетах.

Ситуации выбора задания, способов выполнения реализуются в подвижных играх, направленных на развитие творчества, воображения, на полосе препятствий.

### **Технологии проектной деятельности (элементы)**

«Проектная деятельность – это целенаправленная деятельность с определенной целью, по определенному плану для решения поисковых, исследовательских, практических задач по любому направлению содержания образования». В основе проектной деятельности лежит идея о направленности деятельности на результат, который достигается в процессе совместной работы взрослого и детей над определенной практической проблемой». (Хабарова Т.В, Педагогические технологии в дошкольном образовании – Спб. ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011. - С. 23-24) Проектная деятельность реализуется при разработке игр-эстафет на 3-м физкультурном занятии, проводимом на открытом воздухе, при проведении, например, подвижной игры «Льдинки-снежинки».

### **Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)**

используются в совместной деятельности с детьми в режиме дня с целью ознакомления детей с летними и зимними олимпийскими видами спорта (презентации с фото-видеоматериалами).

## **3. Организационный раздел рабочей программы.**

### **3.1. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)**

1. «Основная образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 64 комбинированного вида»

<b>Образовательная область</b>	<b>Учебно-методические пособия, методические разработки</b>
Физическое развитие	Парциальные образовательные программы: 1. «К здоровой семье через детский сад» Коваленко В.С. Педагогические технологии: 2. «Здоровьесберегающие технологии» Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. 3. «Оздоровительная гимнастика для детей от 2 до 7 лет» Пензулаева Л.И. 4. «Физкультурные занятия в д/с» Пензулаева Л.И. 5. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей» Пензулаева Л.И. 6. «Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке» Фролов В.Г.

### **3.2. Материально – техническое оснащение программы**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Инвентарный номер</b>	<b>Количество</b>
1.	Ковровое покрытие		2 шт. (64 м)
2.	Музыкальный центр	110104083	1 шт.
3.	СД диски		
4.	Гимнастическая стенка		8 шт.
5.	Гимнастическая скамейка	110106181	2 шт.
6.	Гимнастический мат		2 шт.
7.	Гимнастический мат		2 шт.
8.	Тренажёр «ТИСА»		1 шт.
9.	Сухой бассейн		1 шт.
10.	Детский каркасный пружинный батут "Прыжок"		2 шт.

11.	Игровой набор «Кузнечик»		1 шт.
12.	Набор мягких модулей "Валуны"		1 шт.
13.	Дорожка "Пройди - не упади"		2шт.
14.	Детский игровой комплект "Азбука дорожного движения"		1 шт.
15.	Игровое пособие «Парашют» (3м)		1 шт.
16.	Игровой комплект «Ходули»		2 шт.
17.	Туннели		2 шт.
18.	Мишени		2 шт.
19.	Баскетбольный щит		2 шт.
20.	Клюшки		20 шт.
21.	Змейка		1 шт.
22.	Дорожки (мягкие)		3 шт.
23.	Игровой комплект «Набрось кольцо»		4 шт.
24.	Игровой набор «Бандминтон»		12шт.
25.	Воланчики		20 шт.
26.	Мягкие игрушки		8 шт.
27.	Машины		3 шт.
28.	Малые мячи		25 шт.
29.	Мячи-мякиши		2 шт.
30.	Мяч массажный 8 см		10 шт.
31.	Кольца резиновые		9 шт.
32.	Мяч баскетбольный		10 шт.
33.	Мяч волейбольный		1 шт.
34.	Мяч футбольный		1 шт.
35.	Мячи-прыгуны;		5 шт.
36.	Мячи-фитболы		20 шт.
37.	Мячи теннисные		20 шт.
38.	Обручи малые		25 шт.
39.	Обручи большие		6 шт.
40.	Флажки		50 шт.
41.	Платочки		25 шт.
42.	Палки гимнастические		25 шт.
43.	Скакалки		25 шт.
44.	Кубики		50 шт.
45.	Погремушки		20 шт.
46.	Мешочки с песком		25 шт.
47.	Шнур с ленточками		1 шт.
48.	Корзины		3 шт.
49.	Гантели		10 шт.
50.	Шнуры		4 шт.
51.	Стойки		8 шт.
52.	Воротики		4 шт.
53.	Султанчики		30 шт.
54.	Кегли		20 шт.
55.	Цветы (мягкие)		20 шт.
56.	Санки-салазки		3 шт.
57.	Набивные мячи 1кг		1 шт.
58.	Лыжи (пластиковые)		8 пар
59.	Летающие тарелки		3 шт.

60.	Игрушка «грузовик»		2 шт.
-----	--------------------	--	-------

### 3.3. Распределение видов детской деятельности в течение дня

Формы образовательной деятельности		
Непрерывная образовательная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность детей
<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- контрольно-диагностическая деятельность;</li> <li>- физкультурные занятия;</li> <li>- спортивные досуги;</li> <li>- спортивные состязания;</li> <li>- проектная деятельность.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- контрольно-диагностическая деятельность;</li> <li>- физкультурное занятие;</li> <li>- спортивные досуги;</li> <li>- спортивные состязания;</li> <li>- проектная деятельность.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательная активность в течение дня;</li> <li>- игра;</li> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- самостоятельные спортивные игры, упражнения и другое.</li> </ul>

### 3.4. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формы занятий;</li> <li>- Образовательные проекты;</li> <li>- Праздники;</li> <li>- Развлечения.</li> </ul>	<p>Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности детей в физкультурном зале.</p> <p>Оказание недирективной помощи воспитанникам в процессе двигательной и игровой, творческой деятельности</p>	<p><b>Виды деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Двигательная деятельность;</li> <li>- Игровая деятельность;</li> </ul> <p><b>Технологии:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Проектная деятельность.</li> </ul>	<p>Планирование поддержки индивидуального развития ребенка</p>

### 3.5. Организация двигательного режима в группах

Формы организации	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Занятия	10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Утренняя гимнастика	5-6 минут	6-8 минут	8-10 минут	10 минут	12 минут
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	7-8 минут	8-10 минут	10-12 минут	12 минут	15 минут
Гимнастика после дневного сна	10 минут	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут
Спортивные развлечения	15 минут 1 раз в месяц	20 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц	40 минут 1 раз в месяц

### 3.6. Система физкультурно-оздоровительной работы

<b>Формы работы</b>	<b>Особенности организации</b>
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.
Занятия по физической культуре	3 раза в неделю, в помещении или на участке
Утренняя гимнастика	Ежедневно, до завтрака
Двигательная разминка в сочетании с воздушными процедурами после дневного сна	ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей
Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	ежедневно, не менее 2 раз в день
Физкультурное развлечение	1 раз в месяц
Физкультурный праздник	2 раза в год
Совместные занятия родителей с детьми	В течение года

### 3.7. Создание развивающей предметно - пространственной среды физкультурного зала

Месяц	Занятия (5 образовательных областей)
IX-2023	Разметка зала Тематическое оформление зала: осень
X-2023	Пополнение оборудования для спортивного зала: мячи, обручи
XI-2023	Пополнение фонотеки детских песен для музыкально-ритмических движений
XII-2023	Изготовление нестандартного оборудования для прыжков Тематическое оформление зала: зима
I-2024	Изготовление атрибутов к спортивным праздникам
II-2024	Оформление зала к спортивному празднику ко Дню защитника Отечества Изготовление атрибутов для игр и эстафет к празднику Фотовыставка «Наши папы – наша гордость»
III-2024	Тематическое оформление зала: весна Приобретение мультимедийной установки для работы с ЭОР Оформление зала к спортивному празднику «Папа, мама, я – спортивная семья»
IV-2024	Приобретение спортивного оборудования для занятий на воздухе Изготовление атрибутов к спортивным праздникам, посвященных дню Здоровья, Масленицы
V-2024	Пополнение фонотеки «Музыкальные игры»
VI-2024	Оформление площадки для летнего спортивного праздника Пополнение электронной картотеки «Игры на воздухе»
VII-2024	Оформление площадки для летнего спортивного праздника Изготовление книги «Азбука здоровья»
VIII-2024	Изготовление атрибутов для летнего спортивного досуга

## Учебный план непрерывной образовательной деятельности

Группа	Образовательная область. Направление деятельности	Кол-во занятий (неделя,месяц,год)	Время занятия
Ранний возраст 2-3 года		2/8/72	10 минут
Младший возраст 3-4 года	<i>«Физическое развитие»</i> занятия	2/8/72	15мин
Средний возраст 4-5 лет		2/8/72	20мин
Старший возраст 5-6 лет		2/8/72	25 мин
Подготовительный возраст 6-7 лет		2/8/72	30 мин

## Учебный план непрерывной образовательной деятельности на летний период

Группа	Образовательная область. Направление деятельности	Кол-во занятий (неделя,месяц,год)	Время занятия
Ранний возраст 2-3 года		3/12/36	10 минут
Младший возраст 3-4 года	<i>«Физическое развитие»</i> занятия	3/12/36	15мин
Средний возраст 4-5 лет		3/12/36	20мин
Старший возраст 5-6 лет		3/12/36	25 мин
Подготовительный возраст 6-7 лет		3/12/36	30 мин

**Педагогический мониторинг достижений детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования и образовательной программы по области «Физическое развитие»**  
**V. «Овладение основными видами движений»**

Показатели	Возраст ребёнка									
	2-ой год	3-ий год	4-ый год		5-ый год		6-ой год		7-7,5 лет	
	Оценочная шкала									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Выполнение упражнений в ходьбе, беге, равновесии, беге.</b>	По побуждению и показу ходит стайкой за взрослым, в прямом направлении к цели.	При поддержке взрослого ходит по кругу, взявшись за руки; бегает группой в заданном направлении	При поддержке взрослого ходит по кругу друг за другом; враспынную; по ограниченной площади опоры (по дорожке).	Самостоятельно ходит и бегаёт в колонне по одному, по кругу, ходит по ограниченной площади опоры (доске), с поддержкой взрослого перешагивает через препятствия приставным шагом.	С поддержкой взрослого ходит и бегаёт в чередовании, ходит со сменой направления на сигнал; ходит по ограниченной площади опоры (шнуру).	Самостоятельно ходит и бегаёт со сменой направления на сигнал, «змейкой»; с поддержкой взрослого ходит по ограниченной площади опоры (скамейке); перешагивает через препятствия чередующимся шагом.	С поддержкой взрослого ходит и бегаёт со сменой ведущего; ходит по ограниченной площади опоры с выполнением заданий.	Самостоятельно ходит и бегаёт с изменением темпа, с выполнением заданий; ходит по наклонной площади опоры.	Самостоятельно выполняет упражнения в ходьбе и беге в сочетании с другими видами движений, при поддержке взрослого выполняет задания на ограниченной и наклонной площади опоры.	Проявляет инициативу и самостоятельность в выполнении ранее освоенных упражнений.
<b>Выполнение упражнений в ползании лазанье</b>	По побуждению и показу ползает на четвереньках рядом с взрослым	При поддержке взрослого ползает на четвереньках по прямой; перелезает через бревно	При поддержке взрослого ползает на четвереньках с опорой на ладони и колени в заданном направлении, подлезает на четвереньках под препят-	Самостоятельно ползает на четвереньках с опорой на ладони и колени (по дорожке), при поддержке взрослого лапзает по гим-	При поддержке взрослого ползает на четвереньках по ограниченной площади опоры (по доске), подлезает под препятствия прямо.	Самостоятельно ползает на четвереньках по ограниченной площади опоры (по скамейке), подлезает под препятствия прямо и боком, не касаясь руками	При поддержке взрослого ползает на высоких четвереньках по ограниченной площади опоры, пролезает в обруч разными способами (сверху,	Самостоятельно ползает на четвереньках по ограниченной и наклонной площади опоры, ползает в чередовании с	При поддержке взрослого лапзает по гимнастической стенке разноименным способом, перелезает с пролета на пролет по диагонали	Проявляет инициативу и самостоятельность в выполнении ранее освоен-

			ствия	настической стенке при-ставным шагом		пола; при поддержке взрослого лазает по гимнастической стенке чередующимся шагом	снизу, боком, прямо).	другими движениями; при поддержке лазает по гимнастической стенке одноименным способом		ных упражнениях.
<b>Выполнение упражнений в бросании, ловле, метании</b>	Самостоятельно держит мяч, по побуждению взрослого переносит, катает взрослому	При поддержке взрослого прокатывает мяч в заданном направлении; бросает вперед	При поддержке взрослого прокатывает мяч в парах, ловит мяч, брошенный взрослым	Самостоятельно бросает мяч вверх, о пол с попыткой ловить; бросает мелкие предметы на дальность	При поддержке взрослого прокатывает мяч по дорожке, бросает вверх, о землю	Самостоятельно прокатывает мяч в ворота, бросает вверх, о землю и ловит его	При поддержке взрослого перебрасывает мяч в парах; метает на дальность, в горизонтальную, вертикальную цели	Самостоятельно перебрасывает мяч в парах; метает в горизонтальную, вертикальную цели; при поддержке взрослого отбивает мяч одной рукой на месте	Проявляет самостоятельность и инициативу в выполнении упражнений в бросании и ловле мяча с заданиями, отбивании, метании предметов	Проявляет инициативу и самостоятельность в выполнении ранее освоенных упражнениях.
<b>Выполнение упражнений в прыжках</b>	При поддержке взрослого выполняет пружинистые приседания	По побуждению и показу взрослого выполняет подскоки на месте на двух ногах	По побуждению и показу взрослого выполняет прыжки на двух ногах на месте	Самостоятельно прыгает на двух ногах на месте, через линию	При поддержке взрослого прыгает на двух ногах с продвижением вперед	Самостоятельно прыгает на двух ногах последовательно через линии; вверх с места до предмета	При поддержке взрослого прыгает в длину, в высоту с места	Самостоятельно прыгает в длину, в высоту с места	Самостоятельно прыгает в длину, в высоту с разбега; проявляет самостоятельность и инициативу в прыжках через короткую и длинную скакалку	Проявляет инициативу и самостоятельность в выполнении ранее освоенных

										упраж- нениях.
<b>Дата проведе- ния</b>										
<b>Возраст ребёнка</b>										
<b>Коммен- тарий</b>										

## Перспективное планирование праздников, досугов и развлечений на 2023 – 2024 учебный год

Месяц	Название мероприятия	Возраст	Ответственные
<b>Сентябрь</b>	1. музыкальное развлечение «Здравствуй, детский сад!»	все возрастные группы	музыкальные руководители воспитатели групп
	2. фотовыставка «Лето – это маленькая жизнь!»	все возрастные группы	воспитатели групп
	3. тематические досуги «Неделя безопасности»	средние, старшие, подготовительные группы	воспитатели групп
	4. спортивный досуг «Мой друг – мяч»	все группы	инструктор по физкультуре
	5. выставка «Галантливый педагог»	старшие, подготовительные группы	все сотрудники воспитатели групп
	6. акция «Родословная на ладошке»	все группы	воспитатели групп
	7. консультация для родителей «Музей в жизни ребенка»		воспитатели групп
<b>Октябрь</b>	1. концерт ко «Дню пожилого человека»	старшие, подготовительные группы	музыкальные руководители
	2. фотовыставка «Профессии моих родителей»	все группы старшие, подготовительные группы	воспитатели групп
	3. городской социокультурный проект «Азбука в России»	средние, старшие, подготовительные группы	воспитатели групп
	4. тематические беседы «Я поведу тебя в музей»	все группы	воспитатели групп воспитатели групп
	5. выставка совместного творчества детей и родителей	все группы	воспитатели групп музыкальные руководители

	<p>«Осенние фантазии»</p> <p>6. осенние праздники «Осень, осень в гости просим»</p> <p>7. совместная образовательная деятельность в рамках проекта «Эколята-дошколята»</p>	<p>все группы</p>	<p>воспитатели групп</p>
<b>Ноябрь</b>	<p>1. круглый стол для родителей «Вакцинация – это важно»!</p> <p>2. творческий конкурс по изготовлению книжек-малышек и рисунков по творчеству Е.Чарушина (к юбилею автора)</p> <p>3. детско-родительское развлечение «Вместе с мамой»</p> <p>4. мастер-класс «Талантливые мамы»</p> <p>5. спортивный досуг «Моя мама – лучше всех!»</p> <p>6. музыкально-познавательный досуг, посвящённый Дню Матери «КВН»</p> <p>7. спортивный досуг</p>	<p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>младшие группы</p> <p>средние группы</p> <p>старшие группы</p> <p>подготовительные группы</p> <p>средние группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p>	<p>воспитатели групп, медицинская сестра</p> <p>воспитатели групп</p> <p>инструктор по физкультуре воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп музыкальные руководители:</p> <p>инструктор по физкультуре воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп музыкальные руководители</p> <p>воспитатели групп инструктор по физкультуре</p> <p>воспитатели групп воспитатели групп и родители</p>

	<p>«Дерево дружбы»</p> <p>8. развлечение «Игры народов мира»</p> <p>9. проект «Электронная энциклопедия профессий»</p> <p>10. участие в фестивале «Детские дни в Петербурге»</p> <p>11. выставка поделок «Мамины руки не знают скуки»</p> <p>12. районный фестиваль «Хоровод дружбы»</p>	<p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p>	<p>воспитатели групп и родители</p> <p>воспитатели групп</p>
<b>Декабрь</b>	<p>1. экологическая акция «Поможем птицам зимой» (изготовление кормушек)</p> <p>2. конкурс детского творчества «Все профессии важны»</p> <p>3. конкурс семейного творчества «Новогоднее волшебство»</p> <p>4. новогодние утренники</p>	<p>все группы</p> <p>средние, старшие, подготовительные группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p>	<p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>музыкальные руководители</p>

	«Новогодняя сказка»		
<b>Январь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. фольклорное развлечение «Рождественские колядки»</li> <li>2. спортивный праздник «Ах, как весело зимой»</li> <li>3. выставка поделок «День снятия Блокады»</li> <li>4. музыкально-литературный досуг «Ленинградский цветок жизни»</li> </ol>	<p>все группы все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы старшие, подготовительные группы</p>	<p>музыкальные руководители</p> <p>инструктор по физкультуре воспитатели групп воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп музыкальные руководители</p>
<b>Февраль</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. краткосрочные проекты: «Поиграем в профессии» «У всех профессий бывает свой праздник» «Все работы хороши»</li> <li>2. игра по ЗОЖ «Слабое звено»</li> <li>3. консультация для родителей «Роль прогулки в жизни ребенка»</li> <li>4. фотовыставка «Наши папы – наша гордость!»</li> <li>5. спортивный праздник «День Защитника Отечества»</li> </ol>	<p>средние группы старшие группы</p> <p>подготовительные группы старшие, подготовительные группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p>	<p>воспитатели групп воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>инструктор по физкультуре</p> <p>воспитатели групп</p>

	6. конкурс «Музей шагает в детский сад»		
<b>Март</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. выставка рисунков, поделок, стенгазет «Поздравляем наших мам»</li> <li>2. «Праздник бабушек и мам»</li> <li>3. фольклорный досуг «Встреча весны. День птиц»</li> <li>4. театрализованные представления по произведениям Корнея Чуковского</li> <li>5. физкультурный досуг «Веселые семейные старты»</li> </ol>	<p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p>	<p>воспитатели групп</p> <p>музыкальные руководители</p> <p>музыкальные руководители</p> <p>воспитатели групп</p> <p>инструктор по физкультуре</p>
<b>Апрель</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. День здоровья. Спортивный праздник «Азбука здоровья»</li> <li>2. викторина «В мире профессий»</li> <li>3. выставка совместного творчества «Космос глазами детей»</li> <li>4. экологическая акция «Юные защитники природы»</li> <li>5. познавательная игра «Что я знаю о Петре?»</li> <li>6. создание мини-музеев «Путешествие по городам России»</li> <li>7. конкурс «Моя страна – Россия»</li> <li>8. патриотическая акция «От-</li> </ol>	<p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p> <p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p>	<p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>музыкальные руководители, воспитатели</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p>

	крытка ветерану»	все группы	
<b>Май</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. фотовыставка «Победа в лицах»</li> <li>2. праздничный концерт «Вальс Победы»</li> <li>3. «День музея» день открытых дверей</li> <li>4. игра –квест «Люби и знай свой город»</li> <li>5. выставка детского творчества «О Питер, Питер, Петербург- ты с детства мой любимый город»</li> <li>6. литературный вечер «Прославляем град Петра»</li> <li>7. выпускной праздник «До свидания, детский сад!»</li> </ol>	<p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p> <p>все группы</p> <p>старшие и подготовительные группы</p> <p>все группы</p> <p>средние, старшие, подготовительные группы</p> <p>подготовительные группы</p>	<p>воспитатели групп</p> <p>музыкальные руководители</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>музыкальные руководители</p>
<b>Июнь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. праздник ко Дню защиты детей «Маленьким детям – большие права»</li> <li>2. музыкальный досуг «День России»</li> <li>3. спортивный праздник «Я здоровый, сильный, смелый»</li> <li>4. театрализованное представление «День рождения Петра»</li> <li>5. конкурс рисунков «Император Петр I»</li> <li>6. выставка творческих работ «Матрешка – символ России»</li> </ol>	<p>все группы</p> <p>средние, старшие, подготовительные группы</p> <p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p> <p>все группы</p>	<p>музыкальные руководители</p> <p>музыкальные руководители</p> <p>инструктор по физкультуре</p> <p>музыкальные руководители, воспитатели</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p>

<b>Июль</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. праздник ко Дню семьи, любви и верности «Неразлучные друзья – взрослые и дети»</li> <li>2. День здоровья. музыкально-спортивное развлечение «Наш большой зелёный дом»</li> <li>3. развлекательный досуг «Вечер загадок»</li> <li>4. конкурс макетов и рисунков военных кораблей ко Дню ВМФ</li> </ol>	<p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p>	<p>музыкальные руководители</p> <p>инструктор по физкультуре</p> <p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p>
<b>Август</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. развлечение «Удивительное рядом» (путешествие в мир опытов и экспериментов)</li> <li>2. конкурс рисунков «Водное царство»</li> <li>3. музыкально-спортивный досуг «Лето, лето, ты наш друг»</li> <li>4. познавательный досуг «Флаг –главный символ страны»</li> </ol>	<p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>все группы</p> <p>старшие, подготовительные группы</p>	<p>воспитатели групп</p> <p>воспитатели групп</p> <p>музыкальные руководители, инструктор по физкультуре</p> <p>воспитатели групп</p>

