

**Управление образования администрации муниципального образования
«Гусевский городской округ»
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 26»
238055 Калининградская обл., г. Гусев, ул. Молодежная, 1а
тел./факс: 8(401-43)3-08-80 e-mail: madou26@mail.ru**

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО
на Педагогическом совете
МАДОУ «Детский сад № 26»
Протокол № 01 от 31.07.2023г

УТВЕРЖДЕНО
приказом по МАДОУ
«Детский сад № 26»
31.07.2023г. №17

Документ подписан электронной подписью
Карасева Ольга Васильевна
Заведующая
00D54217986D63E9328AE8EFB2F5F3B169
Срок действия с 19.10.2022 до 12.01.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО-ШЕСТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

г. Гусев
г.

I. Общие положения

Рабочая программа по реализации образовательного направления «Физическое развитие» для детей дошкольного возраста муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 26» города Гусева (далее – Программа), предназначена для работы с детьми от 3 до 7 лет, разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 (с изменениями на 08 ноября 2022г., приказ Министерства просвещения РФ от 08 ноября 2022г. № 955)

- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022г. № 1028 и на основе нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 24 сентября 2022г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;

- Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

- Приказ Министерства Российской Федерации от 01 декабря 2022г. № 1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020г. № 373»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Методические рекомендации Мин просвещения России от 03 марта 2023г. по реализации федеральной образовательной программы дошкольного образования;

- Устав МАДОУ «Детский сад № 26»:

- Образовательная программа МАДОУ «Детский сад № 26».

Программа позволяет реализовать несколько основополагающих функций дошкольного образования:

1) обучение и воспитание ребёнка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на соответствующем его возрасту содержании доступными средствами;

2) создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к традиционным духовно-нравственным и социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

3) создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в общеобразовательную организацию, обеспечивающего ребёнку и его родителям (законным представителям) равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места проживания.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Обязательная часть Программы соответствует ФООП ДО и составляет 100 % от общего объема Программы.

В Программе содержится целевой, содержательный и организационный разделы.

В целевом разделе Программы представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы раннем, дошкольном возрастах, а также на этапе завершения освоения Программы; подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов.

Содержательный раздел Программы включает задачи и содержание образовательной деятельности по каждой из образовательных областей для всех возрастных групп обучающихся (социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие). В нем представлены описания вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы; особенностей образовательной деятельности разных видов и культурных практик и способов поддержки детской инициативы; взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся; направления и задачи коррекционно-развивающей работы (далее - КРР) с детьми дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями (далее - ООП) различных целевых групп, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее-ОВЗ) и детей-инвалидов.

Организационный раздел Программы включает описание психолого-педагогических и кадровых условий реализации Программы; организации развивающей предметно-пространственной среды (далее - РППС) в ДОО; материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

В разделе представлены режим дня, тематическое планирование, календарный план воспитательной работы.

Реализация Программы предполагает интеграцию задач обучения и воспитания в едином образовательном процессе, предусматривает взаимодействие с разными субъектами образовательных отношений; обеспечивает основу для преемственности уровней дошкольного и начального общего образования

II. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

2.1. Пояснительная записка	
2.1.1. Цель программы	<p>разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.</p> <p>К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.</p>
2.1.2. Задачи Программы (обязательная часть)	<ol style="list-style-type: none"> 1. обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО; 2. приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; 3. создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей; построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития; 4. создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей; 5. охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; 6. обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности; 7. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности; 8. достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

<p>2.1.3.Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие</p>	<p>3-4 года -обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;</p> <p>-развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал</p> <p>-формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; -укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;</p> <p>-закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни</p> <p>4-5 лет -обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <p>формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве</p> <p>-воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений. Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта</p> <p>-укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности</p> <p>5-6 лет -обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристические навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость</p> <p>-воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;</p> <p>воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p>
--	--

	<p>продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представление о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов</p> <p>-укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического развития; расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p>воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристических прогулок и экскурсий</p> <p>6-7 лет -обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристические навыки;</p> <p>развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую и крупную моторику, ориентировку в пространстве, самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимоотношение в команде</p> <p>-воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о различных видах спорта</p> <p>-сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристических прогулок и экскурсий.</p> <p>Воспитывать бережное заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям</p>
<p>2.1.4. Принципы и подходы</p>	<p>программа построена на следующих принципах, установленных ФГОС ДО:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития; 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования; 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

	<p>4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;</p> <p>5) сотрудничество ДОО с семьей;</p> <p>6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;</p> <p>7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;</p> <p>8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);</p> <p>9) учет этнокультурной ситуации развития детей.</p>	
<p>2.2. Планируемые результаты реализации Федеральной программы</p>	<p>Возраст 3-4 года</p>	<p>На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.</p>
	<p>Возраст 4-5 лет</p>	<p>Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физических упражнениях. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в неосильности выполнения двигательного действия, ребёнок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и</p>

		<p>качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.</p>
	<p>Возраст 5-6 лет</p>	<p>Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных,</p>

	<p>а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.</p>
<p>Возраст 6-7 лет</p>	<p>Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.</p>
<p>Планируемые результаты освоения рабочей программы</p>	
<p>К четырем годам</p>	<p>-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям</p> <p>-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;</p>

		<p>-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;</p> <p>-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах, положительно влияющих на здоровье;</p> <p>-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения</p>
	К пяти годам	<p>-ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности</p> <p>-ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;</p> <p>-ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие привлечь внимание взрослого в случае недомогания.</p>
	К шести годам	<p>-ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;</p> <p>-ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;</p> <p>-ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;</p> <p>-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;</p> <p>-ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.</p>

	<p>Планируемые результаты на этапе завершения освоения программы (к концу дошкольного детства)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно- волевые качества; -ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими; -ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены; -ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности; -ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; -ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности; -ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта; -ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его; -ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.
<p>2.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов</p>	<p>Педагогическая диагностика проводится для определения эффективности педагогических действий и их дальнейшего планирования. Периодичность проведения диагностики определена ДОО и проводится 2 раза в год: на начало учебного года (стартовая диагностика) в сентябре и на конец учебного года (заключительная) в мае. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе:</p> <ul style="list-style-type: none"> метода наблюдения- дети 3-7 лет; метода тестирования с фиксацией количественных показателей- дети 4-7 лет; метода ГТО- дети 6-7 лет. <p>На каждую группу оформляется сводная ведомость.</p> <p>Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод тестирования с фиксацией количественных показателей.</p> <p>Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.</p>	

Контрольное упражнение	Условия тестирования	Средний результат *
Бег.	<p>С дошкольниками проводят бег на дистанцию 10-20-30м, фиксируется время про бегание дистанции и отмечаются качественные особенности бега у каждого из детей.</p> <p>По команде "Марш!" дети с высокого старта бегут до флажка, который размещаются на 2-3м дальше финишной линии. Это предупреждает снижение скорости перед финишем.</p> <p>С началом движения ребёнка включается секундомер.</p> <p>Останавливается он после пересечения ребёнком линии финиша.</p> <p>Поочередно пробегают дистанцию все дети. Затем даётся вторая попытка, В которой дети бегут в том же порядке, в котором бежали в первый раз. В протоколе фиксируется время бега в каждой из попыток, а также записываются качественные особенности положений туловища, координации рук и ног, "полёта", прямолинейность бега у каждого из детей.</p>	<p>3-4 года 10 м, без норматива</p> <p>4-5 лет м 6.0-6.5 с.</p> <p>5-6 лет 30 м. 9,5-7,5с.</p> <p>6-7 лет 30 м.7,5- 6,5 с.</p>
Метание на дальность.	<p>Обследование дальности метания производится на асфальтовой дорожке, шириной 3м и длиной 15-20м. Дорожка побуждает к большей точности броска в заданном направлении.</p> <p>Предварительно она размечается (мелом) поперечными линиями через каждые 0,5м. На концах линии с обеих сторон дорожки ставятся порядковые цифры, отражающие число метров от линии броска. Размеченное расстояние должно быть в полтора раза больше среднего возрастного показателя дальности метания.</p> <p>Предварительно всем детям объясняется задание, младшим - показывается, как нужно выполнять. Ребёнок производит три броска каждой рукой, замер осуществляется после каждого броска. Вес мешочка 200 г. В протоколе наряду с количественными отмечаются и качественные показатели отдельных элементов техники движения: исходное положение вполоборота к направлению метания; наличие замаха ; перенос центра тяжести во время замаха на стоящую сзади полусогнутую</p>	<p>3-4 года 2-5 м.</p> <p>4-5 лет 3.5-5.5 м.</p> <p>5-6 лет 5-9 м.</p> <p>6-7 лет 6-12 м.</p>

		<p>ногу; перенос центра тяжести на стоящую впереди ногу во время броска; энергичный бросок с последующим сопровождением рукой предмета (мешочка).</p>	
	<p>Прыжок в длину с места.</p>	<p>Для проведения прыжков в зале на пол кладется мат и рулетка. Для повышения активности и интереса детей на определённом расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) размещаются три флажка, детям предлагается прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряют результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется три раза, фиксируется лучшая попытка.</p> <p>Тестирование можно провести на спортивной площадке. Прыжок выполняется в заполненную песком яму или на взрыхлённый грунт. Дети выполняют прыжок по очереди. Каждый ребёнок выполняет три прыжка подряд без интервалов. Детям младшего дошкольного возраста перед началом прыжков необходимо показать движения. Старшие дошкольники прыжок выполняют самостоятельно. Измерение длины прыжка производится от линии отталкивания до места приземления пятки с точностью до 1 см. В протокол заносятся результаты всех трёх попыток, в обработку берётся лучший результат.</p> <p>Качественные показатели прыжка в длину с места фиксируются по основным элементам движения: подготовка к прыжку - туловище слегка наклонено вперёд, руки в меру отведены назад; отталкивание - энергичный толчок одновременно двумя ногами, взмах руками вперёд-вверх в момент отталкивания; полёт - в начале полёта ноги согнуты, перед приземлением выносятся вперёд; приземление - мягкое приземление на прямые ноги с перекатом с пятки на носок, сохранение равновесия.</p>	<p>3-4 года 40 см</p> <p>4-5 лет 70 см.</p> <p>5-6 лет 80 см.</p> <p>6-7 лет 100 см.</p>

Педагогическая диагностика физического развития детей 5-7 лет. Метод нормативов ГТО.

	(быстрота и координационные способности)	Челночный бег 3x10м (с)
	(скоростно- силовые качества)	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
	(сила)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
	(гибкость)	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи- см)
	(выносливость)	Смешанное передвижение по пересеченной местности на: к 5 годам 600 м; к 6 годам 800 м; к 7 годам 1000 м.

Нормативы 1 ступени и способы тестирования для детей от 6 лет размещены на официальном сайте ГТО

По анализу полученных данных выстраивается взаимодействие с детьми: планируется индивидуальная работа, по показателям составляются индивидуальные образовательные маршруты как для успешного освоения образовательной Программы, так и для развития способностей одаренных детей.

III. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Образовательная деятельность ОО Физическое развитие.

Физическое развитие	Обязательная часть ОП (60%)	ЗАДАЧИ	СОДЕРЖАНИЕ	МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
	От 2 лет до 3 лет	<ol style="list-style-type: none">1) обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;2) развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;3) формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;4) укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; <ol style="list-style-type: none">1) закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.	ФОП ДО п.22.3.2. стр. 124-126	1. Федорова С.Ю. ПРИМЕРНЫЕ ПЛАНЫ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ 2-3 ГОДА.= М: Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2019

	От 3 лет до 4 лет	<ol style="list-style-type: none"> 1) обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; 2) формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; 3) воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; 4) продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; 5) укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; 5) формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности. 	<p>ФОП ДО п.22.4.2. стр. 127-130</p>	<p>1. Пензулаева Л.И. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДЕТСКОМ САДУ.- М; Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва 2019 год.</p>
	От 4 лет до 5 лет	<ol style="list-style-type: none"> 1) обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, 	<p>ФОП ДО п.22.5.2</p>	<p>1. Пензулаева Л.И. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В</p>

		<p>технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;</p> <p>2) развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;</p> <p>3) воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p> <p>4) продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;</p> <p>5) укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>6) расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p>6) воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в</p>	<p>стр. 131-134</p>	<p>ДЕТСКОМ САДУ Средняя группа. –М: Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва, 2019 год.</p>
--	--	--	---------------------	---

		двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.		
От 5 лет до 6 лет	<ol style="list-style-type: none"> 1) обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; 2) развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; 3) поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде; 4) воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; 5) формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; 6) сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в 	ФОП ДО п.22.6.2. стр. 135-140	1. Пензулаева Л.И. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДЕТСКОМ САДУ Старшая группа. – М: Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019	

		<p>двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <p>7) воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p>		
От 6 лет до 7 лет	<p>7) обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <p>8) развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>9) поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <p>10) воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <p>11) формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;</p> <p>12) сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих,</p>	<p>ФОП ДО п.22.7.2. стр. 141-147</p>	<p>1. Пензулаева Л.И. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДЕТСКОМ САДУ Подготовительная к школе группа. – М: Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019</p>	

		<p>средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <p>13) воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p>		
--	--	--	--	--

3.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Федеральной программы

	Формы	Методы	Средства
От 2 месяцев до 1 года	<p>–непосредственное эмоциональное общение со взрослым;</p> <p>–двигательная деятельность (пространственно-предметные перемещения, хватание, ползание, ходьба, тактильно-двигательные игры);</p> <p>–предметно-манипулятивная деятельность (орудийные и соотносящие действия с предметами);</p> <p>–речевая (слушание и понимание речи взрослого, гуление, лепет и первые слова);</p> <p>–элементарная музыкальная деятельность (слушание музыки, танцевальные движения на основе подражания, музыкальные игры);</p>	<p>Методы для достижения задач воспитания в ходе реализации Программы:</p> <p>1) организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);</p> <p>2) осознания детьми опыта поведения и деятельности (рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, чтение художественной литературы, этические беседы, обсуждение</p>	<p>Средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:</p> <p>– демонстрационные и раздаточные;</p> <p>– визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;</p> <p>– естественные и искусственные;</p> <p>– реальные и виртуальные;</p> <p>– технические.</p> <p>Средства для развития следующих видов деятельности детей:</p> <p>– двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания,</p>

<p>От 1 до 3 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> –предметная деятельность (орудийно-предметные действия - ест ложкой, пьет из кружки и другое); –экспериментирование с материалами веществами (песок, вода, тесто и другие); –ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками под руководством взрослого; –двигательная деятельность (основные движения, общеразвивающие упражнения, простые подвижные игры); –игровая деятельность (отобразительная и сюжетно-отобразительная игра, игры с дидактическими игрушками); –речевая (понимание речи взрослого, слушание и понимание стихов, активная речь); –изобразительная деятельность (рисование, лепка) и конструирование из мелкого и крупного строительного материала; –самообслуживание и элементарные трудовые действия (убирает игрушки, подметает веником, поливает цветы из лейки и другое); –музыкальная деятельность (слушание музыки и исполнительство, музыкально-ритмические движения). 	<p>поступков и жизненных ситуаций, личный пример);</p> <p>3) мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы).</p> <p>Традиционные методы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. словесные, 2. наглядные, 3. практические. <p>Методы, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) при использовании информационно-рецептивного метода предьявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения (распознающее 2) наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение); 3) репродуктивный метод предполагает создание условий для 	<p>лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);</p> <ul style="list-style-type: none"> – предметной (образные и дидактические игрушки, реальные предметы и другое); – игровой (игры, игрушки, игровое оборудование и другое); – коммуникативной деятельности (дидактический материал, предметы, игрушки, видеофильмы и другое); – познавательной-исследовательской и экспериментирования (натуральные предметы и оборудование для исследования и образно-символический материал, в том числе макеты, плакаты, модели, схемы и другое); – чтения художественной литературы (книги для детского чтения, в том числе аудиокниги, иллюстративный материал); – трудовой (оборудование и инвентарь для всех видов труда); – продуктивной (оборудование и материалы для лепки,
<p>С 3 до 7 лет</p>			

<p>От 3 лет до 8 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> – игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие); – общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое); – речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь); – познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование; – изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребёнка; – двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие); – элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд); – музыкальная деятельность (слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах). 	<ul style="list-style-type: none"> 4) воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель); 5) метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений; 6) при применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях); 7) исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). Для решения задач воспитания и обучения широко применяется метод проектов. Он 	<p>аппликации, рисования и конструирования);</p> <ul style="list-style-type: none"> – музыкальной (детские музыкальные инструменты, дидактический материал и другое).
--------------------------	--	---	--

		способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое. Выполняя совместные проекты, дети получают представления о своих возможностях, умениях, потребностях.	
--	--	---	--

3.3. Особенности ОД разных видов и культурных практик

ОД, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности	ОД, осуществляемая в ходе режимных процессов	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями детей по реализации ОП
<p>Взрослый организует (занятия, мастерские, ОД в центрах активности);</p> <p>Взрослый помогает (обогащенные игры в центрах активности);</p> <p>Взрослый создает условия для самореализации (проектная деятельность);</p> <p>Взрослый участвует в процессе наравне с детьми (событийная</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение эмоционального комфорта (приём детей, утренний круг, вечерний круг, уход детей домой). – Формирование ценностного отношения к своему здоровью (утренняя и др. виды гимнастики, прогулка, подготовка ко сну, сон, приёмы пищи). – Развивающее общение при проведении режимных моментов. – Привитие навыков вежливого общения. – Сплочение детского коллектива, развитие детского сообщества 	<ul style="list-style-type: none"> – Игры, занятия в центрах активности. – Самостоятельные игры (сюжетно - ролевые, театрализованные, речевые, музыкальные, с буквами, слогами, звуками, логические, математические). – Самостоятельная исследовательская деятельность, экспериментирование. – Самостоятельная деятельность в книжном уголке. 	<ul style="list-style-type: none"> – Персональное общение с родителями. Взаимное информирование о ребенке и разумное использование полученной информации педагогами и родителями в интересах детей. – Вовлечение родителей в образовательный процесс (участие в мероприятиях, образовательном процессе,

<p>деятельность, образовательное событие)</p>	<p>(утренняя гимнастика, прогулка, утренний и вечерний круг).</p> <ul style="list-style-type: none"> – Развивающая речевая среда, коммуникативное развитие, развитие кругозора (приём детей, утренний круг, вечерний круг, уход детей домой, прогулка). – Формирование культурно-гигиенических навыков (подготовка к прогулке, прогулка, подготовка ко сну, сон, приёмы пищи, посещение туалета). – Формирование трудовых навыков, ответственности за порученное дело, самостоятельности (поручения и дежурство). – Удовлетворение двигательной активности (утренняя и др. виды гимнастики, физминутки, прогулка) – Приобщение к художественной и познавательной литературе (чтение перед сном). 	<ul style="list-style-type: none"> – Самостоятельная изобразительная деятельность, конструирование. – Самостоятельная двигательная активность, подвижные игры, ритмические и танцевальные движения. 	<p>организационных вопросах).</p> <ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение единства воспитательных подходов в детском саду и дома. – Обеспечение открытости дошкольного образования, свободный доступ родителей в пространство детского сада. – Обеспечение педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.
---	---	---	---

Культурные практики

Виды	Детская инициатива	Значение
Игровая	творческая инициатива	Включенность в разные виды продуктивной

		<p>деятельности, требующих усилий по преодолению «сопротивления» материала, где развиваются произвольность, планирующая функция речи.</p>
<p>Продуктивная</p>	<p>инициатива целеполагания</p>	<p>Включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.</p>
<p>Познавательно-исследовательская</p>	<p>познавательная инициатива</p>	<p>Включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи.</p>
<p>Коммуникативная</p>	<p>коммуникативная инициатива</p>	<p>Включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи.</p>

Чтение художественной литературы	Дополняет развивающие возможности других культурных практик (игровой, познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности).
3.4. Способы и направления поддержки детской инициативы	
Формы самостоятельной инициативной деятельности	может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например, самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.
Условия для поддержки детской инициативы	<p>Уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельности пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;</p> <p>организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности.</p> <p>Расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;</p> <p>поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребенка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы.</p> <p>Создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленных на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата.</p> <p>Поощрять и поддерживать желание детей получать результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата.</p> <p>Внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию;</p> <p>поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.</p>
Способы и приемы поддержки	Не спешить на помощь ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости

	<p>оказания помощи дать совет, задать наводящий вопрос, активизировать имеющийся у ребенка опыт. Дать возможность ребенку самостоятельно решить поставленную задачу. Помочь в поиске разных вариантов решения одной задачи, поощрять активность детей в поиске, принимать любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживать инициативу и творческие решения, акцентировать внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобрять, хвалить за результат, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий.</p> <p>Особое внимание уделять общению с детьми в период кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Поддерживать ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.</p> <p>Акцентировать внимание на освоение ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат. Предложить детям средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.</p> <p>Уделять внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка</p>
--	---

3.5. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся

<p>Цели</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; 2. повышение воспитательного потенциала семьи.
<p>Задачи</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства РФ, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО; 2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей; 3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи; 4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;

	5) вовлечение родителей законных представителей в образовательный процесс.
Принципы	<ol style="list-style-type: none"> 1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребенка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка; 2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребенка в ДОО и семье; 3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей; 4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач; 5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребенка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.
Направления	<ol style="list-style-type: none"> 1) <i>диагностико-аналитическое направление</i> включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны и развития ребенка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учетом результатов проведения анализа; согласование воспитательных задач 2) <i>просветительское направление</i> предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического и психического развития детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией о государственной политике в области ДО, включая информирование о мерах господдержки семьям с детьми дошкольного возраста; информирование об особенностях реализуемой в ДОО

	<p>образовательной программы; условиях пребывания ребенка в группе ДОО; содержании и методах образовательной работы с детьми;</p> <p>3) <i>консультационное направление</i> объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребенка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми младенческого, раннего и дошкольного возрастов; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и др.</p>
--	---

3.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

ЗАДАЧИ	НАПРАВЛЕНИЯ	СОДЕРЖАНИЕ
<ul style="list-style-type: none"> – определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями – освоения Федеральной программы и социализации в ДОО; – своевременное выявление обучающихся с трудностями – социальной адаптации, обусловленными различными причинами; – осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей – их психического и (или) физического развития, индивидуальных – возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями – ПМПК или ППК; – оказание родителям (законным представителям) обучающихся – консультативной психолого-педагогической помощи по – вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста; – содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их – творческому развитию; – выявление детей с проблемами развития эмоциональной и – интеллектуальной сферы; – реализация комплекса индивидуально ориентированных – мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений – в развитии и проблем поведения. 	<ul style="list-style-type: none"> – КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми – инвалидами согласно нозологическим группам – КРР с ЧБД – КРР с одаренными обучающимися – КРР с билингвальными обучающимися – КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения 	<p>ФОП ДО, п.28. стр.167-170</p> <p>ФОП ДО, п.28.5. стр.170</p> <p>ФОП ДО, п.28.6.; п.28.6.1.; п.28.6.2. стр.170-171</p> <p>ФОП ДО, п.28.7.; п.28.7.1. стр.171</p> <p>ФОП ДО, п.28.8.; п.28.8.1.; п.28.8.2. стр.171-172</p> <p>ФОП ДО, п.28.9.; п.28.9.1.; п.28.9.2. стр.172</p>

IV. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Методические материалы	Средства обучения и воспитания
1. Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду для всех возрастов;	Стенка гимнастическая 2 Доска роликовая с зацепами 2
2. Н.Л. Кондратьева Серия «Мой детский сад» Физкультура – это весело;	Скамейка гимнастическая 1,5 метра 4 Канат для лазания 2
3. С.Ю. Федорова Планы физкультурных занятий в ясельных группах;	Турник 1 Тоннель 2
4. Карточки подвижных игр на все возраста;	Полоса перпятствий 1 Корзина пластмассовая для мячей большая 2
5. Карточки эстафет.	Конус малый 7 Конус большой 4 Парашют 1 Самокат 2 Пособия Мат 2 Веревка 5метров диаметр – 3см. 1 Скакалка гимнастическая 15 Шнур плетеный 30 Скакалка короткая длина - 120см 30 Палка гимнастическая длина- 75см 25 Палка гимнастическая длина – 105см 10 Обруч малый диаметр - 50 см 30 Обруч большой диаметр- 70 -90см 20 Балансир деревянный 2 Кольцо пластмассовое диаметр - 14 см 20 Кубик пластмассовый малый 25 Кубик пластмассовый большой 5 Платочек 30/30см 25 Пластмассовый шар диаметр-8см 10

	<p> Ракетка для настольного тенниса 15 Массажные мячи 25 Теннисная ракетка 10 Резинка для прыжков 2 Мяч резиновый малый диаметр - 7,5см 30 Мяч волейбольный 2 Мяч резиновый средний диаметр - 15см 30 Мяч резиновый большой диаметр - 20 -25 см 1 Мяч утяжеленный – 1кг 1 Мяч футбольный 6 Мяч баскетбольный 4 Лента короткая разноцветная длина -25- 30 см 25 Лента короткая разноцветная длина -50- 60 см 10 Мешочек с песком 20 Гантели 26 Кегля пластмассовая 5 наборов Коврики для гимнастики длина-120 см, ш. 50 см 1 Дорожка из драпа для кор. стопы д-100 см, ш-50 см 2 Полусфера 6 Набор следочков для кор. гимнастики 1 Набор для мелкой моторики «Поднять якорь» 2 Теннисный мяч 20 Бубен 2 Клюшки пластмассовые 4 Шайбы пластмассовые 5 Флажки 30 Погремушки 30 </p>
--	--

4.2. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет

Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15 минут	2 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
	б) на улице	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	6–8 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20-25	1 раз в месяц 20-25	1 раз в месяц 30-45	раз в месяц 40-45
	б) физкультурный праздник		2 раза в год до 90 (зрители)	2 раза в год до 90	2 раза в год до 90
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	г) туристическая прогулка,			1 раз в месяц	1 раз в месяц

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

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физкультурой должны проводиться в зале.

4.3. Годовой календарный план воспитательной работы

Памятная дата/юбилейное событие	Мероприятие/проект	Направления воспитания/ценности	Категория воспитанников	Выполнение и коррекция
СЕНТЯБРЬ				

1 сентября. День знаний	Праздник «Детский сад встречает ребят!»	Социальное	Все возрастные группы	
8 сентября. Международный день распространения грамотности	Беседа «Что значит быть грамотным?!» (уметь читать, писать; обладать знаниями, необходимыми для жизни, будущей работы) Обсуждение и разучивание пословиц, поговорок, крылатых выражений по теме	Родина, патриотическое, познание	Старшая и подготовительная группы	
27 сентября. День работника дошкольного образования	Выставка детских рисунков «Любимый человек в детском саду» Праздник на открытом воздухе	Благодарность, дружба, Социальное	Все возрастные группы	
ОКТАБРЬ				
1 октября. Международный день пожилых людей	Праздник для бабушек и дедушек воспитанников «Старые песни о главном...», «Спасибо вам, бабушки, дедушки!» Нахождение и разучивание пословиц и поговорок, игры бабушек	Семья, благодарность, уважение, труд, Социальное	Все возрастные группы	

1 октября. Международный день музыки	Подвижные музыкальные игры Игра на музыкальных инструментах	Этико-эстетическое, социальное	Все возрастные группы	
16 октября. День отца в России	Игра «Зарница» (вместе с отцами)	Семейное, социальное, патриотическое	Все возрастные группы	
НОЯБРЬ				
3. ноября 135 лет со дня рождения поэта, драматурга, переводчика Самуила Яковлевича Маршака (1887- 1964)	Викторина по сказкам С. Маршака Конкурс на лучший рисунок по произведениям писателя	Этико-эстетическое, социальное	Старшая и подготовительная группы	
4 ноября. День народного единства	Праздник «Родина — не просто слово» Досуг «Народы. Костюмы»	Патриотическое, этикоэстетическое, трудовое, родина, единство	Старшая и подготовительная группы	
27 ноября. День матери в России	Прослушивание песен про маму Совместные подвижные игры с мамами	Познавательное, семейное, патриотическое, социальное	Все возрастные группы	

	Детские сюжетно-ролевые игры «Мама дома», «Пеленаем братика/сестренку», беседа «Мама разные нужны, мамы разные важны»			
30 ноября. День Государственног о герба Российской Федерации	Беседа о символе страны Рисование герба страны	Патриотическое	Старшая и подготовительная группы	
ДЕКАБРЬ				
3 декабря. День неизвестного солдата	Беседы и просмотр материалов о памятниках и мемориалах неизвестному солдату Проект «книга памяти» Совместное рисование плаката «Памяти неизвестного солдата» Спортивно-игровые мероприятия на смелость, силу, крепость духа	Патриотическое, познавательное, физическое и оздоровительное	Старшая и подготовительная группы	

<p>3 декабря. День инвалидов</p>	<p>Беседы «Люди так не делятся...», «Если добрый ты...»</p> <p>Просмотр и обсуждение мультфильма «Цветик–семицветик»</p> <p>Выставки детских работ «Пусть всегда будет солнце», «От сердца к сердцу»</p>	<p>Патриотическое, познавательное, физическое и оздоровительное</p>	<p>Старшая и подготовительная группы</p>	
<p>5 декабря. День добровольца (волонтера) в России</p>	<p>Беседы с детьми на темы «Легко ли быть добрым?», «Кто такие волонтеры»</p> <p>«День добрых дел» — оказание помощи малышам в одевании, раздевании</p> <p>Создание лепбука «Дружба»</p> <p>Конкурс рисунков, презентаций и разработок «Я — волонтер»</p>	<p>Патриотическое, познавательное, физическое и оздоровительное</p>	<p>Старшая и подготовительная группы</p>	
<p>8 декабря Международный день художника</p>	<p>Ознакомление детей с великими художниками</p> <p>Просмотр известнейших художественных произведений искусства</p>	<p>Этико-эстетическое, социальное</p>	<p>Все возрастные группы</p>	

	Рисование на мольберте			
9 декабря. День героев Отечества	<p>Ознакомление детей с художественной литературой: Т. А. Шорыгина «Спасатель», С. Я. Маршака «Рассказ о неизвестном герое»</p> <p>Спортивно-игровые мероприятия на смелость, силу, крепость духа</p> <p>Возложение цветов к памятнику защитникам Отечества</p>	Патриотическое, познавательное, социальное	Старшая и подготовительная группы	
12 декабря. День Конституции Российской Федерации	<p>Тематические беседы об основном законе России, государственных символах</p> <p>Проекты «Главная книга страны», «Мы граждане России»</p> <p>Творческий коллаж в группах «Моя Россия» (недельный проект)</p>	Патриотическое, познавательное, социальное	Старшая и подготовительная группы	
ЯНВАРЬ				
27 января. День полного освобождения Ленинграда от	Беседа с презентациями «900 дней блокады», «Дети блокадного Ленинграда», «Дорога жизни»	Патриотическое, социальное, познавательное	Старшая и подготовительная группы	

<p>фашистской блокады</p> <p>День освобождения Красной армией крупнейшего лагеря смерти Аушвиц-Биркенау (Освенцима) — День памяти жертв Холокоста</p>	<p>Знакомство с художественной литературой и музыкальными произведениями по теме</p> <p>Оформление папки-передвижки «Мы помним, мы гордимся»</p>			
ФЕВРАЛЬ				
<p>8 февраля. День российской науки</p>	<p>Проведение опытов с водой, солью, пищевой содой, с пищевыми красителями, мыльными пузырями, с воздухом</p> <p>Виртуальная экскурсия с демонстрацией мультимедийной презентации «Новости российской науки»</p>	<p>Патриотическое, познавательное</p>	<p>Старшая и подготовительная группы</p>	
<p>21 февраля. Международный</p>	<p>Девиз дня: «Богат и красив наш русский язык» (сопровождение всех режимных моментов)</p>	<p>Патриотическое, социальное,</p>	<p>Старшая и подготовительная группы</p>	

день родного языка	произведениями устного народного творчества) «Познание»: «Мы — россияне, наш язык — русский» «Ярмарка» (традиции русского народа)	познавательное, этико-эстетическое		
23 февраля. День защитника Отечества	Беседа «Военные профессии» Конкурс «Санитары» Игры «Танкисты», «Пограничники и нарушители», «Ловкие и смелые моряки» Праздник. Спортивный досуг с родителями «Мой папа!»	Патриотическое, социальное, познавательное, этикоэстетическое, физическое и оздоровительное, семья	Все возрастные группы	
МАРТ				
8 марта. Международный женский день	Изготовление подарков «Цветы для мамы» Утренник «Праздник мам» Конкурсная программа «А, ну-ка, девочки!» Праздник «Старые песни о главном»	Патриотическое, социальное, познавательное, этико-эстетическое	Все возрастные группы	

<p>18 марта. День воссоединения России и Крыма</p>	<p>Тематические беседы «Достопримечательности Крыма», «Феодосия — город воинской славы», «город-герой Севастополь», «Русский черноморский флот»</p> <p>Конкурс рисунков, посвященных Крыму</p>	<p>Патриотическое, социальное, гражданское, познавательное</p>	<p>Все возрастные группы</p>	
<p>27 марта. Всемирный день театра</p>	<p>Театрализованные игры с атрибутами настольного театра, театров би-ба-бо и пальчиков</p> <p>Инсценировали отрывков произведений: «Маша и медведь», «Теремок»</p>	<p>Этико-эстетическое, социальное</p>	<p>Все возрастные группы</p>	
<p>АПРЕЛЬ</p>				
<p>12 апреля. День космонавтики, 65 лет со дня запуска СССР первого искусственного спутника Земли</p>	<p>Досуг «Космонавты» Организация выставки по теме</p> <p>Просмотр видеофильма (о космосе, космических явлениях)</p> <p>Конструирование ракет</p>	<p>Познавательное, трудовое, этико- эстетическое</p>	<p>Все возрастные группы</p>	

<p>22 апреля. Всемирный день Земли</p>	<p>Беседы с детьми об экологических проблемах на Земле, мероприятие «Сбор батареек», театрализованное представление «Давайте сохраним...»</p>	<p>Познавательное, экологическое</p>	<p>Все возрастные группы</p>	
<p>МАЙ</p>				
<p>1 мая. Праздник Весны и Труда</p>	<p>Слушание и исполнение песен о весне и труде, слушание музыки о весне Знакомство с пословицами и поговорками о труде</p>	<p>Трудовое, познавательное, этико-эстетическое, социальное</p>	<p>Все возрастные группы</p>	
<p>9 мая. День победы</p>	<p>Оформление в группах уголков по патриотическому воспитанию: «Защитники Отечества с Древней Руси до наших дней», «Слава героям землякам» Проекты «Музей военного костюма», «Повяжи, если помнишь», «Вспомним героев своих» Оформление выставки детского изобразительного творчества в</p>	<p>Познавательное, патриотическое, социальное, семья</p>	<p>Все возрастные группы</p>	

	холле детского сада «Спасибо за мир!»			
24 мая. День славянской письменности и культуры	Беседы на тему азбуки, конкурс буквподелок «Кириллица» и «Глаголица», проект «Неделя славянской письменности»	Познавательное, патриотическое	Старшая и подготовительная группы	
ИЮНЬ				
1 июня День защиты детей	Музыкально-спортивное мероприятие «Дети должны дружить» Праздничное мероприятие «Солнечное лето для детей планеты»	Патриотическое, социальное, семья	Все возрастные группы	
6 июня. День русского языка	Слушание и совместное пение различных песен, потешек, пестушек Драматизация «Русские богатыри», «Сказки Пушкина».	Познавательное, патриотическое, социальное	Старшая и подготовительная группы	
12 июня. День России	Тематические занятия, познавательные беседы о России, государственной символике, малой родине	Познавательное, патриотическое	Все возрастные группы	

	<p>Стихотворный марафон о России</p> <p>Спортивно-игровые мероприятия «Мы — Будущее России»</p> <p>Выставка детских рисунков «Россия — гордость моя!»</p> <p>Проект «Мы граждане России»</p>			
22 июня. День памяти и скорби	<p>Поэтический час «Мы о войне стихами говорим»</p> <p>Тематические беседы «Страничка истории. Никто не забыт»</p> <p>Прослушивание музыкальных композиций «Священная война», «22 июня ровно в 4 часа...», «Катюша»</p> <p>Игра «Перевяжи раненого солдата», «Саперы», «Разведчики»</p> <p>Совместное рисование на темы «Чтобы помнили», «Я хочу чтоб не было больше войны!»</p>	Патриотическое, познавательное	Все возрастные группы	
ИЮЛЬ				

8 июля. День семьи, любви и верности	Беседы «Мой семья», интерактивная игра «Мамины и папины помощники», творческая мастерская «Ромашка на счастье», презентация поделок «Герб моей семьи»	Социальное, семья	Все возрастные группы	
30 июля. День Военно-морского флота	Рассматривание иллюстраций Знакомство детей с историей возникновения Российского флота и его основателем - царём Петром I	Патриотическое	Старшая и подготовительная группы	
АВГУСТ				
14 августа. День физкультурника	Совместная разминка, эстафеты на ловкость и скорость, тематические игры и забавы: «это я, это я — это все мои друзья...» «прыгни дальше», «лукошко», перетягивание каната и пр.	Физическое и оздоровительное, этико-эстетическое	Все возрастные группы	
22 августа. День государственного флага Российской Федерации	Праздник «России часть и знак — красно-синий-белый флаг», игры «Собери флаг», «Что означает этот цвет?», «Передай флажок», «Чей флажок быстрее соберется?», «Будь внимательным», «Соберись в кружок по цвету»	Патриотическое	Все возрастные группы	

	Выставка, посвященная Дню Российского флага			
27 августа. День российского кино	Беседы на темы: «Что мы знаем о кино?», «Как снимают кино?» Дидактические игры «Придумай новых героев» и «Эмоции героев» Встреча с героями фильмов и мультфильмов Рисованием на тему «Мой любимый герой мультфильма»	Этико-эстетическое, социальное	Все возрастные группы	

4.4. Тематическое планирование

Физическое развитие

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ГРУППЫ РАННЕГО РАЗВИТИЯ

№	Тема	Количество часов	Программное содержание	Литература
1	Занятие 1	1	Упражнять детей в прямом направлении, упражнять в ползании, развивать чувство равновесия.	2, 31

2	Занятие 2	1	Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности, познакомиться с бросанием мяча, упражнять в ползании.	2, 32
3	Занятие 3	1	Упражнять в ходьбе в прямом направлении; в ползании и перелезание бревна, повторить бросание, развивать умение ориентироваться в пространстве.	2, 33
4	Занятие 4	1	Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности, повторить ползание.	2, 34
5	Занятие 5	1	Познакомить с броском мешочка в даль, упражнять в ходьбе по гимнастической доске.	2, стр.35
6	Занятие 6	1	Упражнять в ходьбе по ребристой доске, в умении взойти на ящик и сойти с него, познакомиться с броском из-за	2, 36

			головой двумя руками, развивать внимание.	
7	Занятие 7	1	Повторить ходьбу по доске, упражнять в ползании, подлезании под палку.	2, 36
8	Занятие 8	1	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием ног, познакомить с катанием мяча.	2, 37
9	Занятие 9	1	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, повторить ползание и пролезание в обруч.	2, 37
10	Занятие 10	1	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, повторить ползание и перелезание бревна.	2, 38
11	Занятие 11	1	Повторить ползание и подлезание под скамейку, закреплять умение бросать мяч двумя руками.	2, 39
12	Занятие 12	1	Повторить подлезание и пролезание в обруч, познакомить с броском мяча через ленту.	2, 40
13	Занятие 13	1	Упражнять в катании мяча, ходьбе по ребристой доске, повторить ползание и перелезание через бревно.	2, 41

14	Занятие 14	1	Упражнять в бросании в горизонтальную цель, учить ходить, меняя направление, упражнять в ползании, развивать глазомер.	2, 42
15	Занятие 15	1	Ходить высоко поднимая ноги, упражнять в ползании по гимнастической скамейке, повторить бросание мешочка, развивать равновесие и глазомер.	2, 43
16	Занятие 16	1	Повторить ходьбу по ребристой доске, упражнять в бросании мячей через ленту, повторить ползание.	2, 43
17	Занятие 17	1	Повторить бросание вдаль двумя руками, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, повторить ползание и перелезание.	2, 44
18	Занятие 18	1	Упражнять в ходьбе со сменой направления, повторить бросание в	2, 45

			горизонтальную цель, ходить по наклонной доске, развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.	
19	Занятие 19	1	Учить детей начинать ходьбу по сигналу, развивать равновесие – учить ходить по ограниченной поверхности.	2, 77
20	Занятие 20	1	Ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал, развивать умение ползать.	2, 78
21	Занятие 21	1	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях не мешая друг другу.	2, 79
22	Занятие 22	1	Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать предмет в даль, развивать умение бегать в определенном направлении.	2, 80
23	Занятие 23	1	Учить лазать по гимнастической скамейке, развивать чувство равновесия.	2, 81
24	Занятие 24	1	Учит ходить по ограниченной поверхности,	2, 82

			ползать и катать мяч, упражнять в ходьбе.	
25	Занятие 25	1	Ознакомить с выполнением прыжка вперед на двух ногах, бросать в горизонтальную цель, совершенствовать умение реагировать на сигнал.	2, 83
26	Занятие 26	1	Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль из-за головы двумя руками.	2, 84
27	Занятие 27	1	Учить прыгать в длину с места, закреплять метание вдаль из-за головы, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.	2, 85
28	Занятие 28	1	Учить ходить парами в определенном направлении, бросать мяч вдаль от груди, упражнять в катании мяча.	2, 87
29	Занятие 29	1	Учить ходить по наклонной доске, упражнять в метании вдаль от груди, приучать детей согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу	2, 88

30	Занятие 30	1	Упражнять в прыжке в длину с места, бросать вдаль правой и левой рукой, закреплять умение реагировать на сигнал.	2, 89
31	Занятие 31	1	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер.	2, 89
32	Занятие 32	1	Учить детей ходить по кругу, взявшись за руки. Упражнять в ползании на четвереньках, переступать через препятствия, катать мяч.	2, 90
33	Занятие 33	1	Ходить в разных направлениях, не наталкиваясь, упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать мячи вдаль.	2, 91
34	Занятие 34	1	Развивать умение организованно перемещаться в определенном направлении, учить подлезать под рейку, совершенствовать прыжок в длину с места на двух ногах.	2, 92
35	Занятие 35	1	Учить бросать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, закреплять	2, 93

			умение ходить по кругу, взявшись за руки.	
36	Занятие 36	1	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, катать мячи под дугу.	2, 94
37	Занятие 37	1	Учить прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз.	2, 95
38	Занятие 38	1	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах, в ползании на четвереньках и подлезании.	2, 97
39	Занятие 39	1	Учить бросать в даль правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание и координацию движений.	2, 98
40	Занятие 40	1	Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч.	2, 99
41	Занятие 41	1	Закреплять умение бросать вдаль, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления.	2, 100
42	Занятие 42	1	Учить лазать по гимнастической стенке, закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, совершенствовать прыжок в длину с места.	2, 101

43	Занятие 43	1	Закреплять умение ходить в колонне по одному. Упражнять в бросании в горизонтальную цель, совершенствовать прыжок в длину с места.	2, 102
44	Занятие 44	1	Закреплять умение ползать и подлезать под веревку, совершенствовать навык бросания вдаль из-за головы.	2, 103
45	Занятие 45	1	Совершенствовать прыжки в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер.	2, 104
46	Занятие 46	1	Совершенствовать ползание по гимнастической скамейке и метание вдаль, учить быстро реагировать на сигнал.	2, 105
47	Занятие 47	1	Учить катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стене, приучать соблюдать направление при катании мяча.	2, 106
48	Занятие 48	1	Совершенствовать метание в горизонтальную цель, учить ползать по гимнастической скамейке.	2, 107

49	Занятие 49	1	Закреплять умение ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель, развивать глазомер.	2, 108
50	Занятие 50	1	Упражнять детей в прыжках в длину с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку, закреплять умение ходьбы по гимнастической скамейке.	2, 110
51	Занятие 51	1	Упражнять детей в метании вдаль правой и левой рукой, ходить по наклонной доске, следить чтобы дети были внимательны.	2, 111
52	Занятие 52	1	Упражнять детей в метании в горизонтальную цель, учить прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений.	2, 112
53	Занятие 53	1	Учить прыгать в глубину, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании и подлезании, способствовать развитию чувства равновесия.	2, 113
54	Занятие 54	1	Учить катать мяч	2, 115

			друг другу, совершенствовать метание вдаль из-за головы, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, учить дружно действовать в коллективе.	
55	Занятие 55	1	Учить катать мяч в цель, совершенствовать метание вдаль из-за головы, учить согласовывать движения с движениями товарищей, быстро реагировать на сигнал.	2, 116
56	Занятие 56	1	Упражнять в ползании под рейку, прыгать в длину с места, учить детей быть дружными.	2, 117
57	Занятие 57	1	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросать в цель, прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера.	2, 117
58	Занятие 58	1	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить бросать и ловить мяч.	2, 118
59	Занятие 59	1	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений.	2, 119

60	Занятие 60	1	Учить катать мяч, упражнять детей в ползании на четвереньках, способствовать развитию глазомера и координации движений.	2, 120
61	Занятие 61	1	Учить ползать по гимнастической скамейке и прыгивать с нее, упражнять в катании мяча в цель; способствовать воспитанию выдержки, смелости.	2, 121
62	Занятие 62	1	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с места на двух ногах.	2, 122
63	Занятие 63	1	Упражнять детей в метании вдаль двумя руками из-за головы и катании мяча в воротики.	2, 123
64	Занятие 64	1	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить прыгивать с нее, закреплять метание вдаль из-за головы, учить ходить парами.	2, 124
65	Занятие 65	1	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске, в метании в даль правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости.	2, 125
66	Занятие 66	1	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании на четвереньках и подлезании под веревку, учить становиться в круг.	2, 126

67	Занятие 67	1	Упражнять детей в метании вдаль одной рукой, повторить прыжки в длину с места, развивать координацию движений.	2, 127
68	Занятие 68	1	Учить бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу.	2, 128
69	Занятие 69	1	Упражнять в спрыгивании с высоты, метании в горизонтальную цель, повторить ходьбу на четвереньках.	2, 129
70	Занятие 70	1	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать в глубину, учить бросать и ловить мяч, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.	2, 130
71	Занятие 71	1	Совершенствовать прыжок в длину с места, метание в горизонтальную цель и ползание с подлезанием, приучать соразмерять бросок с расстоянием до цели.	2, 131
72	Занятие 72	1	Совершенствовать метание вдаль из-за головы и катание мяча друг другу, способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть	2, 132
	Итого	72		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3-4 года

№	Тема	Количество часов	Программное содержание	Литература
1	Занятие 1	1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	3, 23
2	Занятие 2	1	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжки на двух ногах на месте.	3, 24
3	Занятие 3	1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	3, 25
4	Занятие 4	1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	3, 26
5	Занятие 5	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	3, 28
6	Занятие 6	1	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при	3, 29

			прокатывании друг другу.	
7	Занятие 7	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	3, 30
8	Занятие 8	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии.	3, 31
9	Занятие 9	1	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	3, 33
10	Занятие 10	1	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	3, 34
11	Занятие 11	1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	3, 35
12	Занятие 12	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	3, 37
13	Занятие 13	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в	3, 38

			сохранении устойчивого равновесия	
14	Занятие 14	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	3, 40
15	Занятие 15	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	3, 41
16	Занятие 16	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	3, 42
17	Занятие 17	1	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	3, 43
18	Занятие 18	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	3, 45
19	Занятие 19	1	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	3, 46
20	Занятие 20	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	2, 47
21	Занятие 21	1	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	2, 50
22	Занятие 22	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на	2, 51

			полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	
23	Занятие 23	1	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	2, 52
24	Занятие 24	1	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	2, 53
25	Занятие 25	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	2, 54
26	Занятие 26	1	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	2, 56
27	Занятие 27	1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	2, 57
28	Занятие 28	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 58
29	Занятие 29	1	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 60
30	Занятие 30	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2, 61
31	Занятие 31	1	Повторить ходьбу и бег с	2, 62

			выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	
32	Занятие 32	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 63
33	Занятие 33	1	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	2, 65
34	Занятие 34	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	2,66
35	Занятие 35	1	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	2, 67
36	Занятие 36	1	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	2, 68
37	Занятие 37	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	2,69
38	Занятие 38	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	2, 70
39	Занятие 39	1	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Упражнять в прыжках с гимнастической скамейки с мягким приземлением на землю. Упражнять в ходьбе по ограниченной площади, руки свободно балансируют.	2, 71
40	Занятие 40	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	2, 72

41	Занятие 41	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	2,73
42	Занятие 42	1	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	2, 23
43	Занятие 43	1	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	2, 24
44	Занятие 44	1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	2, 25
45	Занятие 45	1	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	2, 26
46	Занятие 46	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	2, 28
47	Занятие 47	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	2, 28
48	Занятие 48	1	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	2, 29
49	Занятие 49	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом	2, 30

			задании с мячом.	
50	Занятие 50	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	2, 30
51	Занятие 51	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	2, 31
52	Занятие 52	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии	2, 31
53	Занятие 53	1	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	2, 33
54	Занятие 54	1	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	2, 33
55	Занятие 55	1	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	2, 33
56	Занятие 56	1	Упражнять в ходьбе	2, 34

			колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	
57	Занятие 57	1	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	2, 34
58	Занятие 58	1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	2, 35
59	Занятие 59	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	2, 37
60	Занятие 60	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	2, 37
61	Занятие 61	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	2, 38

62	Занятие 62	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	2,38
63	Занятие 63	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча	2, 40
64	Занятие 64	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	2, 41
65	Занятие 65	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	2, 42
66	Занятие 66	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	2, 42
67	Занятие 67	1	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	2, 43
68	Занятие 68	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча,	2, 45

			развивая ловкость и глазомер.	
69	Занятие 69	1	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	2, 46
70	Занятие 70	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	2, 47
71	Занятие 71	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	2, 47
72	Занятие 72	1	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	2, 50
73	Занятие 73	1	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	2, 50
74	Занятие 74	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	2, 51
75	Занятие 75	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	2, 51

76	Занятие 76	1	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	2, 52
77	Занятие 77	1	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	2, 52
78	Занятие 78	1	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	2, 53
79	Занятие 79	1	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	2, 53
80	Занятие 80	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	2, 54
81	Занятие 81	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	2, 54
82	Занятие 82	1	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	2, 56
83	Занятие 83	1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре	2, 57

84	Занятие 84	1	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре	2, 57
85	Занятие 85	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре	2, 58
86	Занятие 86	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 58
87	Занятие 87	1	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре	2, 58
88	Занятие 88	1	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 60
89	Занятие 89	1	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 60
90	Занятие 90	1	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через	2, 60

			шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	
91	Занятие 91	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2, 61
92	Занятие 92	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2, 61
93	Занятие 93	1	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2, 61
94	Занятие 94	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	2,62
95	Занятие 95	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	2, 62
96	Занятие 96	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении	2, 63

			устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	
97	Занятие 97	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 63
98	Занятие 98	1	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2, 63
99	Занятие 99	1	Повторить ходьбу и бег враспышную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	2, 65
100	Занятие 100	1	Повторить ходьбу и бег враспышную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	2, 65
101	Занятие 101	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	2, 66
102	Занятие 102	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги;	2, 66

			в прокатывании мяча друг другу.	
103	Занятие 103	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	2, 66
104	Занятие 104	1	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	2, 67
105	Занятие 105	1	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	2, 67
106	Занятие 106	1	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	2, 68
107	Занятие 107	1	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	2, 68
108	Занятие 108	1	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его.	2,67
	Итого	108		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4-5 лет

№	Тема	Количество часов	Программное содержание	Литература
1	Занятие 1	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры – ходьба между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3м; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. Разучить п/игру «Найди себе пару».	1,19
2	Занятие 2	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании, продвигаясь вперед до кубика. Повторить п/и «Найди себе пару»	1, 20
3	Занятие 3	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и в рассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками.	1, 21
4	Занятие 4	1	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча. Разучить п/и «Самолеты»	1, 21

5	Занятие 5	1	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча, упражнять в ползании на четвереньках по прямой. Закрепить п/и «Самолеты»	1, 23
6	Занятие 6	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	1, 23
7	Занятие 7	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	1, 24
8	Занятие 8	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную, упражнять в бросании мяча вверх и ловля его двумя руками, лазанье под дугу, в прыжках на двух ногах между предметами.	1, 26
9	Занятие 9	1	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления.	1, 26
10	Занятие 10	1	Продолжать учить детей	1, 26

			останавливаться по сигналу во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	
11	Занятие 11	1	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.	1, 28
12	Занятие 12	1	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	1, 29
13	Занятие 13	1	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	1, 30
14	Занятие 14	1	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	1, 32
15	Занятие 15	1	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в	1, 32

			сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	
16	Занятие 16	1	Учить находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	1, 33
17	Занятие 17	1	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	1, 34
18	Занятие 18	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	1, 34
19	Занятие 19	1	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	1, 35
20	Занятие 20	1	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в подбрасывании мяча двумя руками, в лазанье под дугу, в прыжках на двух ногах через линии.	1, 35
21	Занятие 21	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами,	1, 36

			поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	
22	Занятие 22	1	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	1, 36
23	Занятие 23	1	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под шнур, не касаясь руками пола; упражнять в прокатывании мяча по дорожке в прямом направлении шириной 25 см.	1, 27
24	Занятие 24	1	Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	1, 38
25	Занятие 25	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	1, 39
26	Занятие 26	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками, закреплять умение удерживать	1, 40

			устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в бросании мяча вверх и ловля его двумя руками.	
27	Занятие 27	1	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	1, 40
28	Занятие 28	1	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	1, 41
29	Занятие 29	1	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках на двух ногах, продвигаясь между предметами; в перебрасывании мяча друг другу двумя руками снизу.	1, 42
30	Занятие 30	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.	1, 43
31	Занятие 31	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	1, 43
32	Занятие 32	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о пол одной	1, 44

			рукой и ловля его двумя руками после отскока; повторить ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между предметами.	
33	Занятие 33	1	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	1, 45
34	Занятие 34	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. Разучить п/и «Цветные автомобили».	1, 45
35	Занятие 35	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия и прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Закрепить п/и «Цветные автомобили».	1, 46
36	Занятие 36	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках. Подвижная игра «Самолеты».	1, 46
37	Занятие 37	1	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость	1, 48

			и координацию движений в прыжках через препятствия. Повторить п/и «Лиса и куры».	
38	Занятие 38	1	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие, упражнять в прокатывании мяча между 4 - 5 предметами, подталкивая его двумя руками снизу и не отпуская далеко от себя. Закрепить п/и «Лиса и куры»	1, 49
39	Занятие 39	1	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу.	1, 49
40	Занятие 40	1	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Повторить п/и «У медведя во бору».	1, 50
41	Занятие 41	1	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках со с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами, упражнять в беге не скорость. Закрепить п/и «У медведя во бору»	1, 51
42	Занятие 42	1	Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.	1, 51

43	Занятие 43	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу с расстояния 1,5 м (способ двумя руками снизу); повторить ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. Разучить П/и «Зайцы и волк»	1, 52
44	Занятие 44	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу с расстояния 2м (способ – двумя руками из-за головы, ноги в стойке на ширине плеч); повторить ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы «по-медвежьи».	1, 54
45	Занятие 45	1	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	1, 54
46	Занятие 46	1	Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения в равновесии – ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Разучить п/и «Птичка и кошка».	1, 54
47	Занятие 47	1	Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге;	1, 56

			упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; повторить упражнения в равновесии –ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, на середине присесть, хлопнуть в ладоши и пройти дальше.	
48	Занятие 48	1	Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	1, 56
49	Занятие 49	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры – по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе; повторить упражнения в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.	1, 57
50	Занятие 50	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры – по канату: носки на канате, пятки на полу, руки за головой.	1, 58
51	Занятие 51	1	Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	1, 59
52	Занятие 52	1	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках с гимнастической скамейки и перебрасывании мячей друг другу с расстояния 2м (способ – двумя руками снизу). Повторить п/и «Найди себе пару».	1, 59

53	Занятие 53	1	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, - прыжком ноги врозь, прыжком ноги вместе, отбивании малого мяча одной рукой о пол 3-4 раза подряд и ловля его двумя руками, упражнять в равновесии – ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 0,4 м один от другого.	1, 60
54	Занятие 54	1	Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы.	1, 60
55	Занятие 55	1	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом – отбивание мяча о пол.	1, 61
56	Занятие 56	1	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и ступни «по - медвежьи», развивать ловкость в прокатывании мячей друг другу в парах с расстояния 2,5 м., упражнять в прыжках на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед	1, 62
57	Занятие 57	1	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	1, 62

58	Занятие 58	1	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, закреплять умение правильно подлезать под шнур, не касаясь руками пола.	1, .63
59	Занятие 59	1	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего. С высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, закреплять умение правильно подлезать под шнур, не касаясь руками пола, прямо и боком, упражнять в прыжках на двух ногах между предметами.	1, 64
60	Занятие 60	1	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	1, 64
61	Занятие 61	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке; повторить задание в прыжках через бруски (высота бруска 10 см), расстояние между ними 40 см.	1, 65
62	Занятие 62	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии – ходьбе, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени.	1, 66
63	Занятие 63	1	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	1, 67

64	Занятие 64	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. Повторить п/и «У медведя во бору».	1, 67
65	Занятие 65	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде, в прыжках на двух ногах через 5-6 коротких шнуров, лежащих на полу на расстоянии 0,5м один от другого, развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу, упражнять в ходьбе на носках.	1, 68
66	Занятие 66	1	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	1, 68
67	Занятие 67	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. Разучить п/и «Воробушки и автомобиль».	1, 69
68	Занятие 68	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в метании мешочков в вертикальную цель (щит диаметром 50 см) правой и левой рукой (способ – от плеча); закреплять навык ползания на четвереньках по гимнастической скамейке; в прыжках на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке.	1, 70

69	Занятие 69	1	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки.	1, 70
70	Занятие 70	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, упражнять в равновесии – ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени. Разучить п/и «Перелет птиц».	1, 70
71	Занятие 71	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни – «по-медвежьи»; упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; повторить прыжки на правой и левой ноге.	1, 71
72	Занятие 72	1	Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	1, 72
73	Занятие 73	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии – ходьба на носках между предметами, повторить упражнения в прыжках через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.	1, 72
74	Занятие 74	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления	1, 73

			движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии – ходьба и бег по наклонной доске, повторить прыжки на двух ногах через короткую скакалку.	
75	Занятие 75	1	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу.	1, 73
76	Занятие 76	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторит ходьбу и бег враспынную.	1, 74
77	Занятие 77	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде; в прыжках в длину с места, в бросание мячей через шнур двумя руками из-за головы (расстояние от шнура 2м) и ловля мяча после отскока об пол; в прокатывании мяча друг другу.	1, 75
78	Занятие 78	1	Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.	1, 76
79	Занятие 79	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	1, 76

80	Занятие 80	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, в равновесии – ходьба по скамейке с мешочком на голове.	1, 77
81	Занятие 81	1	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	1, 77
82	Занятие 82	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии – ходьба по доске, положенной на пол и прыжках через 5-6 шнуров, положенных в одну линию. Повторить п/и «Охотники и зайцы».	1, 78
83	Занятие 83	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу; повторить лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке; упражнения в равновесии – ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки на поясе и прыжках на двух ногах через шнуры.	1, 79
84	Занятие 84	1	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	1, 79

85	Занятие 85	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны; повторить прыжки на двух ногах через препятствия (высота брусков 6 см), поставленных на расстоянии 40см один от другого.	1, 80
86	Занятие 86	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове; повторить прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, лежащих на полу на расстоянии 0,5 м один от другого; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние до цели 2,5 м).	1, 81
87	Занятие 87	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.	1, 82
88	Занятие 88	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. Разучить п/и «Совушка»	1, 82
89	Занятие 89	1	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании	1, .83

			<p>мешочков в вертикальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; отбивании мяча одной рукой и ловля его двумя руками. Повторить п/и «Совушка».</p>	
90	Занятие 90	1	<p>Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.</p>	1, 84
91	Занятие 91	1	<p>Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.</p>	1, 84
92	Занятие 92	1	<p>Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни, прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p>	1, 85
93	Занятие 93	1	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. Разучить п/и «Догони пару».</p>	1, 85
94	Занятие 94	1	<p>Упражнять детей в ходьбе и</p>	1, 86

			беге враспынную; повторить упражнения в равновесии – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой и прыжках.	
95	Занятие 95	1	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, упражнять в прыжках на двух ногах между предметами, поставленными в ряд на расстоянии 40 см друг от друга.	1, 87
96	Занятие 96	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	1, 87
97	Занятие 97	1	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры – ходьба по доске (ширина 15 см), лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой; повторить прыжки в длину с места через 5-6 шнуров.	1, 88
98	Занятие 98	1	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; повторить прыжки в	1, 89

			длину с места.	
99	Занятие 99	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.	1, 89
100	Занятие 100	1	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места через шнур (ширина 40-50 см); развивать ловкость в упражнениях с мячом –перебрасывание мячей друг другу.	1, 89
101	Занятие 101	1	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках через короткую скакалку на двух ногах на месте; развивать ловкость в упражнениях с мячом: перебрасывание мячей друг другу в парах (двумя руками из-за головы); упражнять в метании мешочков на дальность (правой и левой рукой).	1, 90
102	Занятие 102	1	Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу; ходьбе и беге по кругу; повторить задания с бегом и прыжками.	1, 90
103	Занятие 103	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке на животе; повторить метание в вертикальную цель с расстояния 1,5-2м правой и левой рукой (способ от плеча).	1, 91
104	Занятие 104	1	Упражнять детей в ходьбе с	1, 92

			высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке с опорой на ладони и ступни; повторить метание в вертикальную цель с расстояния 2м;	
105	Занятие 105	1	Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.	1, 92
106	Занятие 106	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре – ходьба по скамейке с мешочком на голове; в прыжках на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м).	1, .92
107	Занятие 107	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия по доске, лежащей на полу, на носках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее.	1, 93
108	Занятие 108	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом.	1, 93
	Итого	108		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5-6 лет

№	Тема	Количество часов	Программное содержание	Литература
1	Занятие 1	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча. Разучить п/и «Мышеловка».	1, 15
2	Занятие 2	1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге врассыпную; в сохранении устойчивого равновесия – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами; в бросках мяча о пол между шеренгами одной рукой и ловля его двумя после отскока о пол. Повторить п/и «Мышеловка».	1, 17
3	Занятие 3	1	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	1, 17
4	Занятие 4	1	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. Разучить п/и «Фигуры».	1, 19
5	Занятие 5	1	Повторить ходьбу и бег между	1, 20

			предметами; упражнять в ходьбе на носках; Развивать координацию движений в прыжках в высоту с места, ловкость в бросках мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши; упражнять в ползании на предметах. Повторить п/и «Фигуры»	
6	Занятие 6	1	Повторить ходьбу и бег между предметами, в рассыпную, с остановкой по сигналу, упражнения прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом.	1, 20
7	Занятие 7	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Разучить п/и «Удочка».	1, 21
8	Занятие 8	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени; в перебрасывании мячей друг другу в шеренгах на расстоянии 2,5 м одна от другой (способ выполнения – стойка ноги на ширине плеч, двумя руками из-за головы). Развивать ловкость и устойчивое	1, 23

			равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.	
9	Занятие 9	1	Повторить бег, продолжительностью до 1 минуты, упражнение в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	1, 24
10	Занятие 10	1	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	
11	Занятие 11	1	Повторить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу; повторить пролезание в обруч боком в группировке; повторить упражнения в равновесии- ходьба, перешагивая через бруски, с мешочком на голове; повторить прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	1, 26
12	Занятие 12	1	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.	1, 26
13	Занятие 13	1	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках на двух ногах через короткие шнуры и перебрасывании мяча двумя руками, стоя в шеренгах на расстоянии 2,5 м друг от друга (способ от груди). Разучить п/и	1, 28

			«Перелет птиц».	
14	Занятие 14	1	Упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом боком перешагивая через набивные мячи; в прыжках на двух ногах через шнуры справа и слева, продвигаясь вперед; и передачи мяча двумя руками от груди. Повторить п/и «Перелет птиц».	1, 29
15	Занятие 15	1	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках.	1, 29
16	Занятие 16	1	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча. Разучить п/и «Не оставайся на полу».	1, 30
17	Занятие 17	1	Упражнять в повороте по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; развивать координацию движений при	1, 32

			перебрасывании мячей друг другу, двумя руками от груди; упражнять в ползании на четвереньках с переползанием через препятствие. Повторить п/и «Не оставайся на полу».	
18	Занятие 18	1	Упражнять в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	1, 32
19	Занятие 19	1	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии - ходьба с перешагиванием через набивные мячи; упражнять в лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола.	1, 33
20	Занятие 20	1	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в горизонтальную цель; упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; упражнять в ползании на четвереньках между предметами.	1, 34
21	Занятие 21	1	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.	1, 35

22	Занятие 22	1	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках. Разучить п/и «Гуси-лебеди».	1, 35
23	Занятие 23	1	Упражнять в ходьбе парами; повторить ползание на четвереньках с преодолением препятствий; упражнять в равновесии и прыжках. Повторить п/и «Гуси-лебеди».	1, 37
24	Занятие 24	1	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минуты; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники».	1, 37
25	Занятие 25	1	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах двумя руками снизу; упражнять в прыжках на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Разучить п/и «Пожарные на учении».	1, 39
26			Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах двумя руками из-за головы; упражнять в прыжках на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Повторить п/и «Пожарные на учении».	1, 41
27	Занятие 27	1	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	1, 41

28	Занятие 28	1	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	1, 42
29	Занятие 29	1	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге; упражнять в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой; упражнять в ведении мяча в ходьбе.	1, 43
30	Занятие 30	1	Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	1, 43
31	Занятие 31	1	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; упражнять в пролезании в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; повторить упражнения с мячом – ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (расстояние 6м).	1, 44
32	Занятие 32	1	Упражнять в ходьбе с	1, 45

			изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии – ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени; упражнять в ведении мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние бм.	
33	Занятие 33	1	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	1, 45
34	Занятие 34	1	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; в прыжках на правой и левой ноге до предмета; упражнять в лазанье – подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола.	1,46
35	Занятие 35	1	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии – ходьба между предметами на носках; в прыжках попеременно на правой и левой ноге; упражнять в подлезании под шнур прямо и боком.	1, 47
36	Занятие 36	1	Повторить бег с Преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, бегом и мячом.	1, 47
37	Занятие 37	1	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга;	1, 48

			разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	
38	Занятие 38	1	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; повторить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия с переходом на гимнастическую скамейку, ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи; повторить перебрасывание мяча и прыжки на двух ногах, между набивными мячами.	1, 49
39	Занятие 39	1	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.	1, 50
40	Занятие 40	1	Упражнять в ходьбе беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.	1, 51
41	Занятие 41	1	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании по прямой, подталкивая мяч головой; в прокатывании набивного мяча.	1, 52
42	Занятие 42	1	Повторить ходьбу и бег	1, 52

			<p>между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.</p>	
43	Занятие 43	1	<p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.</p>	1, 53
44	Занятие 44	1	<p>Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч после хлопка, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.</p>	1, 54
45	Занятие 45	1	<p>Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросанием снежков в горизонтальную цель.</p>	1, 54
46	Занятие 46	1	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.</p>	1, 55
47	Занятие 47	1	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; в лазанье на гимнастическую стенку разноименным способом; в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке боком</p>	1, 55

			приставным шагом с мешочком на голове; в прыжках на двух ногах между кеглями с мешочком, зажатым между колен.	
48	Занятие 48	1	Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	1, 57
49	Занятие 49	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу. В забрасывании мяча в кольцо.	1, .59
50	Занятие 50	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в прыжках на двух ногах между набивными мячами и перебрасывании мячей друг другу в шеренгах.	1, 60
51	Занятие 51	1	Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.	1, 61
52	Занятие 52	1	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	1, 61

53	Занятие 53	1	Повторить ходьбу и бег по кругу; повторить прыжки в длину с места; упражнять в переползании через предметы и подлезание под дугу в группировке; упражнять в перебрасывании мячей друг другу, двумя руками снизу.	1, 63
54	Занятие 54	1	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	1, 63
55	Занятие 55	1	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	1, 63
56	Занятие 56	1	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мячей друг другу и ловля их после отскока; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове; упражнять в пролезании в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола.	1, 64
57	Занятие 57	1	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	1, 65
58	Занятие 58	1	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	1, 65
59	Занятие 59	1	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в	1, 66

			равновесии – ходьба по гимнастической скамейке; упражнения в прыжках через шнуры на двух ногах; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейки стенки.	
60	Занятие 60	1	Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	1, 66
61	Занятие 61	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках через бруски (6-8 штук, высота бруска 10 см) и забрасывании мяча в корзину с расстояния 2м двумя руками из-за головы.	1, 68
62	Занятие 62	1	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при беге по гимнастической скамейке; повторить упражнения в прыжках через бруски правым и левым боком и забрасывании мяча в корзину двумя руками от груди.	1, 69
63	Занятие 63	1	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке.	1, 69
64	Занятие 64	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о пол.	1, 70

65	Занятие 65	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную; упражнять в прыжках в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках между набивными мячами и перебрасывании малого мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах на дистанции 2м.	1, 71
66	Занятие 66	1	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	1, 71
67	Занятие 67	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.	1, 71
68	Занятие 68	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; повторить метание в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3м; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине; упражнять в ходьбе на носках между кеглями и в прыжках на двух ногах через шнуры.	1, 72
69	Занятие 69	1	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность.	1, 73
70	Занятие 70	1	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек;	1, 73

			упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	
71	Занятие 71	1	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий. Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку одноименным способом; в ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках с ноги на ногу между предметами и в бросании мяча вверх и ловля его одной рукой.	1, 74
72	Занятие 72	1	Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках.	1, 75
73	Занятие 73	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнур) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	1, 76
74	Занятие 74	1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному с поворотом в другую сторону по сигналу; повторить ходьбу по канату боком приставным шагом с мешочком на голове; упражнять в прыжках на двух ногах через набивные мячи; упражнять в переброске мяча друг другу и ловля его с хлопком в ладоши после отскока о пол.	1, 77
75	Занятие 75	1	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу,	1, 78

			развивая ловкость и глазомер.	
76	Занятие 76	1	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании.	1, 79
77	Занятие 77	1	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; повторить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в вертикальную цель, в ползании на четвереньках по прямой.	1, 80
78	Занятие 78	1	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	1, 80
79	Занятие 79	1	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	1, 81
80	Занятие 80	1	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; в равновесии – ходьба по гимнастической скамейке, на середине медленно повернуться кругом и пройти дальше; в прыжках из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге.	1, 82
81	Занятие 81	1	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии,	1, 83

			прыжках и с мячом.	
82	Занятие 81	1	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	1, 83
83	Занятие 83	1	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3м, способом от плеча; в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами; в равновесии – ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой.	1, 84
84	Занятие 84	1	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	1, 85
85	Занятие 85	1	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	1, 86
86	Занятие 86	1	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; упражнять в прыжках на двух ногах с перепрыгиванием через предмет; упражнять в бросках малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.	1, 87

87	Занятие 87	1	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.	1, 87
88	Занятие 88	1	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	1, 88
89	Занятие 89	1	Повторить ходьбу и бег между предметами; повторить прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в обруч.	1, 89
90	Занятие 90	1	Упражнять детей в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	1, 89
91	Занятие 91	1	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	1, 89
92	Занятие 92	1	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с	1, 91

			остановкой по команде; повторить метание мешочков в вертикальную цель; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («по-медвежьи»).	
93	Занятие 93	1	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	1, 91
94	Занятие 94	1	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	1, 91
95	Занятие 95	1	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку произвольным способом, ходьба по гимнастической рейке приставным шагом; упражнять в прыжках – перепрыгивание через шнур вправо и влево, продвигаясь вперед; упражнять в равновесии – ходьба на носках между набивными мячами.	1, 93
96	Занятие 96	1	Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	1, 93
97	Занятие 97	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения	1, 94

			в прыжках и с мячом.	
98	Занятие 98	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде; в сохранении равновесия – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше; повторить упражнения в прыжках попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед.	1, 95
99	Занятие 99	1	Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон).	1, 96
100	Занятие 100	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	1, 96
101	Занятие 101	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; повторить прыжки в длину с разбега; упражнять в забрасывании мяча в корзину (кольцо) с расстояния 1 м; упражнять в лазанье под дугу.	1, 97
102	Занятие 102	1	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	1, 97
103	Занятие 103	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивая ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	1, 98

104	Занятие 104	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивая ловкость и глазомер в бросках мяча о пол и ловля его двумя руками.	1, 99
105	Занятие 105	1	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках.	1, 99
106	Занятие 106	1	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	1, 100
107	Занятие 107	1	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; повторить прыжки на правой и левой ноге попеременно; упражнять в ходьбе с перешагиванием через бруски (высота бруска 10см).	1, 101
108	Занятие 108	1	Упражнять в ходьбе и беге с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.	1, 101
	Итого	108		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6-7 лет

№	Тема	Количество часов	Программное содержание	Литература
1	Занятие 1	1	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	2, 9
2	Занятие 2	1	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. Упражнять в прыжках на двух ногах через набивные мячи.	2, 10
3	Занятие 3	1	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	2, 11
4	Занятие 4	1	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию 1 час движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	2, 11

5	Занятие 5	1	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках на двух ногах между предметами; повторить упражнение с мячом и ползание.	2, 13
6	Занятие 6	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	2, 14
7	Занятие 7	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить упражнение в переползании по гимнастической скамейке.	2, 15
8	Занятие 8	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесии; повторить ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.	2, 16

9	Занятие 9	1	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	2, 16
10	Занятие 10	1	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу; в ползании по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	2, 16
11	Занятие 11	1	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу; в лазанье в обруч правым и левым боком; повторить прыжки на правой и левой ноге через шнуры и ходьбу боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи.	2, 18
12	Занятие 12	1	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	2, 18
13	Занятие 13	1	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2, 20

14	Занятие 14	1	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева, продвигаясь вперед; упражнять в переброске мячей друг другу.	2, 21
15	Занятие 15	1	Упражнять детей в беге преодоления препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	2, .22
16	Занятие 16	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	2, 22
17	Занятие 17	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в отбивании мяча одной рукой, продвигаясь вперед; упражнять в лазанье в	2, 23

			обруч на четвереньках.	
18	Занятие 18	1	Повторить бег в среднем темпе (продолжительностью до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	2, 24
19	Занятие 19	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	2, 24
20	Занятие 20	1	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнение в ведении мяча; ползании; упражнять в ходьбе по рейке гимнастической скамейки.	2, 26
21	Занятие 21	1	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу; развивать точность в упражнениях с мячом.	2, 26
22	Занятие 22	1	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге в рассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить	2, 27

			упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	
23	Занятие 23	1	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную; в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на голове; упражнять в прыжках на двух ногах между предметами и ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	2, 28
24	Занятие 24	1	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	2, 28
25	Занятие 25	1	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	2, 29
26	Занятие 26	1	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату боком приставным шагом; упражнять в прыжках на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната на правой и левой ноге попеременно; упражнять в бросках мяча в корзину двумя руками.	2, 32

27	Занятие 27	1	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	2, 32
28	Занятие 28	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	2, 32
29	Занятие 29	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; в ползании в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой; в передаче мяча в шеренгах.	2, 34
30	Занятие 30	1	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	2, 34
31	Занятие 31	1	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед.	2, 34

32	Занятие 32	1	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить метание мешочков в горизонтальную цель; упражнять в ползании на ладонях и ступнях в прямом направлении; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.	2, 36
33	Занятие 33	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	2, 36
34	Занятие 34	1	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	2, 37
35	Занятие 35	1	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; повторить лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет; упражнять в ходьбе на носках по уменьшенной площади опоры и забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).	2, 38
36	Занятие 36	1	Повторить ходьбу и	2, 39

			<p>бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте;</p> <p>повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы;</p> <p>упражнять в выполнении заданий с мячом.</p>	
37	Занятие 37	1	<p>Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боксом приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.</p>	2, 40
38	Занятие 38	1	<p>Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в ходьбе по гимнастической скамейке; в переброске мячей друг другу; в прыжках на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед.</p>	2, 41
39	Занятие 39	1	<p>Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу;</p> <p>упражнять детей в продолжительном беге (продолжительностью до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.</p>	2, 41

40	Занятие 40	1	<p>Упражнять детей в умении быстро начинать бег из положения лежа на животе. Закреплять умение правильно выполнять все составные элементы прыжка в высоту с прямо разбега, добиваться слитности их выполнения. Развивать у детей быстроту действий при подлезании под дуги разной высоты.</p> <p>В п/и «Охотники и звери» упражнять детей в умении прицельно выполнять метание.</p>	2, 42
41	Занятие 41	1	<p>Упражнять детей в умении вести мяч правой и левой рукой и забрасывать его в баскетбольное кольцо.</p> <p>Развивать способность сохранять равновесие на гимнастической скамейке, выполняя приседание и поворот на 90 градусов. В прыжках через набивные мячи развивать силу отталкивания и выполнять прыжки слитно. Знакомить детей с содержанием и правилами игры «Ловля обезьян». Упражнять в быстром лазанье на высоту.</p>	2, 43
42	Занятие 42	1	<p>Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.</p>	2, 43
43	Занятие 43	1	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.</p>	2, 43

44	Занятие 44	1	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на двух ногах на правой и левой ноге поочередно; упражнять в прокатывании мяча между предметами; в ползании под шнур правым и левым боком.	2, 43
45	Занятие 45	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	2, 43
46	Занятие 46	1	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	2, 45
47	Занятие 47	1	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	2, 46
48	Занятие 48	1	Упражнения детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	2, 46

49	Занятие 49	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	2, 47
50	Занятие 50	1	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	2, 48
51	Занятие 51	1	Упражнять детей в спуске и подъеме, в ходьбе на лыжах скользящим шагом.	2, 48
52	Занятие 52	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	2, 49
53	Занятие 53	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	2, 49
54	Занятие 54	1	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	2, 52

55	Занятие 55	1	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	2, 52
56	Занятие 56	1	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	2, 54
57	Занятие 57	1	Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	2, 56
58	Занятие 58	1	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	2, 56
59	Занятие 59	1	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	2, 57
60	Занятие 60	1	Повторить ходьбу	2, 58

			между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».	
61	Занятие 61	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	2, 59
62	Занятие 62	1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; закреплять навык энергичного отталкивания в прыжках; повторить упражнение в бросании мяча и ходьбу по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к другой.	2, 60
63	Занятие 63	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	2, 60
64	Занятие 64	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч.	2, 61

65	Занятие 65	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч.	2, 62
66	Занятие 66	1	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	2, 62
67	Занятие 67	1	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	2, 63
68	Занятие 68	1	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге; в метании мешочков в горизонтальную цель; лазаньи на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет; в ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.	2, 65
69	Занятие 69	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с	2, 65

			клюшкой и шайбой.	
70	Занятие 70	1	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	2, 65
71	Занятие 71	1	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий на внимание; в лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет; в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове; в играх с мячом.	2, 66
72	Занятие 72	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	2, 66
73	Занятие 73	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	2, 72

74	Занятие 74	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия в ходьбе по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной; в прыжках на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; в играх с мячом.	2, 73
75	Занятие 75	1	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	2, 73
76	Занятие 76	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	2, 74
77	Занятие 77	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить прыжки через шнуры; переброску мячей в парах; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.	2, 75
78	Занятие 78	1	Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	2, 75
79	Занятие 79	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную	2, 76

			цель; повторить упражнения в ползании и на сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	
80	Занятие 80	1	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании в горизонтальную цель; повторить ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени; ходьбу между предметами «змейкой» с мешочком на голове.	2, 78
81	Занятие 81	1	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	2, 78
82	Занятие 82	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	2, 79
83	Занятие 83	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазаньи под шнур прямо и боком; повторить прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед, упражнять в играх с мячом.	2, 80
84	Занятие 84	1	Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	2, 80

85	Занятие 85	1	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	2, 81
86	Занятие 86	1	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения в ходьбе по скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове; прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед; переброску мячей друг другу в парах.	2, 82
87	Занятие 87	1	Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	2, 82
88	Занятие 88	1	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	2, 83
89	Занятие 89	1	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега; в лазанье под шнур в группировке, в играх с мячом.	2, 84
90	Занятие 90	1	Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	2, 84
91	Занятие 91	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	2, 84

92	Занятие 92	1	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары; в метании мешочков на дальность; в ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами; в прыжках через короткую скакалку на месте.	2, 86
93	Занятие 93	1	Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	2, 86
94	Занятие 94	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	2, 87
95	Занятие 95	1	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в прыжках через шнуры на правой и левой ноге попеременно; в переброске мячей друг другу в парах; в беге на скорость.	2, 88
96	Занятие 96	1	Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	2, 88
97	Занятие 97	1	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии в ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на двух ногах; в бросании малого мяча о стенку.	2, 88
98	Занятие 98	1	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке	2, 89

			навстречу друг другу; в бросках мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками; в прыжках на двух ногах между предметами.	
99	Занятие 99	1	Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	2, 90
100	Занятие 100	1	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	2, 90
101	Занятие 101	1	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения; в прыжках в длину с разбега; в метании мешочков в вертикальную цель, в равновесии – ходьба между предметами с мешочком на голове.	2, 91
102	Занятие 102	1	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	2, 92
103	Занятие 103	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании	2, 103

			мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	
104	Занятие 104	1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола; в равновесии – ходьба между предметами на носках с мешочком на голове.	2, 93
105	Занятие 105	1	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	2, 93
106	Занятие 106	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазании на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	2, 95
107	Занятие 107	1	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; упражнять в равновесии при ходьбе с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове,	2, 96

			в прыжках.	
108	Занятие 108	1	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	2, 96
	Итого	108		

4.5. План взаимодействия с семьями обучающихся

<p>Формы, методы, приемы, способы взаимодействия с родителями (законными представителями)</p>	<p>Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями)</p>	
	Направление	Деятельность инструктора
	диагностико-аналитическое	получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей дошкольного возраста; планирование работы с семьей с учетом проведенного анализа
	просветительское	<p>просвещение родителей (законных представителей) по повышению уровня компетенции в вопросах здоровье сбережения ребенка:</p> <p>информирование о фактах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня для ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое)</p> <p>информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО в решении данных задач;</p> <p>знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями проводимыми в ДОО</p>
консультационное	консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей; способам	

организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другом

План взаимодействия инструктора с родителями (законными представителями) на 2023-2024 учебный год

Дата	Форма работы	Тема	Группа
Сентябрь	Родительское собрание	«Спортивная форма»	Младшая группа
	Презентация	«Закаливание детей»	Средняя группа
	Опрос	«Запросы родителей в отношении охраны здоровья и развития ребенка»	Старшая группа
	Круглый стол	«Новое о ГТО»	Подготовительная группа
	Консультация- передвижка	«Чему научатся дети в учебном году»	Все группы
Октябрь	Консультация	«Для чего ребенку соблюдать режим дня»	Младшая группа
	Анкетирование	«Какое место занимает физкультура в вашей семье?»	Средняя группа
	Презентация (семейные ценности)	«Спортивный герб моей семьи»	Старшая группа
		«Семейный кодекс	Подготовительная группа

		Презентация (семейные ценности)	здоровья»	
Ноябрь	Проект лепбук		«Чистота залог здоровья»	Младшая группа
	Семейные ценности		«Мой семейный спортивный альбом	Средняя группа
	Обмен опытом		«А мы играем так»	Старшая группа
	Открытое занятие		«День народного единства»	Подготовительная группа
Декабрь	Мастер-класс		«Маски-шапочки для подвижной игры»	Младшая группа
	День здоровья		«Веселые снеговики»	Средняя группа
	Проект лепбук		«Зимние виды спорта»	Старшая группа
	Проект лепбук		«ГТО для дошколят»	Подготовительная группа
	Консультация- передвижка		«Подвижные игры зимой на воздухе»	Все группы
Январь	Творческий проект		«Дерево здоровья»	Младшая группа
	Мастер-класс		«Снежинка»- тренажеры для дыхательной гимнастики	Средняя группа

		Туристическая прогулка	«Кристаллы здоровья» ориентировка на местности (поиск кристаллов здоровья «Школа мяча» (составление карточек- схем)	Старшая группа Подготовительная группа Все группы
		Мастер-класс		
		Стенд	1 ступень ГТО	
	Февраль	Консультация	«Домашний стадион	Младшая группа
		Фотовыставка	«Лыжная прогулка»	Средняя группа
		Физкультурный досуг	23 февраля	Старшая группа
		Физкультурный досуг	23 февраля	Подготовительная группа
	Март	День здоровья	«Вместе весело играть»	Младшая группа
		Спортивный досуг	«Как поздравить маму»	Средняя группа
		Туристическая прогулка	«Скандинавская ходьба» пешая прогулка по заранее разработанному маршруту	Старшая группа
		Мастер-класс	«Дорожка здоровья»	Подготовительная группа
		Консультация - передвижка	«Какой вид спорта подходит вашему ребенку»	Все группы

	Апрель	<p>Фотовыставка</p> <p>Обмен опытом</p> <p>День здоровья</p> <p>Мастер-класс</p> <p>Консультация- передвижка</p>	<p>«Малыши на спорте»</p> <p>«Полезная еда»</p> <p>«Надо спортом заниматься» спартакиада</p> <p>«Школа мяча» (составление карточек-схем)</p>	<p>Младшая группа</p> <p>Средняя группа</p> <p>Старшая группа</p> <p>Подготовительная группа</p>
	Май	<p>Консультация</p> <p>Опрос</p> <p>Экскурсия к местам боевой славы</p> <p>Стенд</p> <p>Консультация- передвижка</p>	<p>«Польза пеших прогулок»</p> <p>«Об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей дошкольного возраста</p> <p>«Мы помним, мы гордимся»</p> <p>«Наши чемпионы»</p> <p>«Как весело и с пользой провести лето!»</p>	<p>Младшая группа</p> <p>Средняя группа</p> <p>Старшая и подготовительная группа</p> <p>Все группы</p> <p>Все группы</p>

