Принята на Педагогическом совете
МБДОУ «Детский сад № 87»
Протокол от 29.08.2019 № 1

Утверждена
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад № 87»
от 29.08.2019 №22-4/од
М.А. Морозова

Рабочая программа
инструктора по физической культуре муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 87»
в старшей группе
общеразвивающей направленности
на 2019-2020 учебный год

Составила
инструктор по физической культуре
Девятова И.М.

г. Нижний Новгород
2019год

Содержание

I.Целевой раздел……..……..3
1.1. Пояснительная записка…… ….. 3

1.1.1. Цели и задачи Программы…….....4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы……..4
1.1.3.Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста ……5

1.2. Целевые ориентиры……5
1.3. Система оценки результатов освоения Программы ……...5
II. Содержательный раздел…….....7
2.1 Общие положения……...7
2.2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях……7
2.3. Организация образовательной деятельности с учетом используемых методических пособий……8
2.4. Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 – 5 лет…….....9-12
2.5.Формы, способы и методы работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие» ……13
2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик …. 13
2.7. Создание условий для физического развития и двигательной деятельности…… 13
2.8 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников при реализации Программы……14
2.9 Иные характеристики содержания программы. Направление деятельности инструктора по физической культуре…….....15
III. Организационный раздел ……16
3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы……...16
3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания...16
3.2.1. Обеспеченность методическими материалами образовательная область «Физическое развитие»……17
3.2.2. Обеспеченность средствами обучения и воспитания……18
3.3. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении ……19
3.4. Учебный план основной образовательной программы ……21
3.5. Календарный учебный график ……22
3.6. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий……22
3.7. Особенности организации развивающей предметно - пространственной образователь - ной среды……23
IV.Дополнительный раздел ……...24
Краткая презентация рабочей программы……24
V. Приложения ……...24
5.1. Перспективно – тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому воспитанию……25-107

I. Целевой раздел

1.1.Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре по реализации Основной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся 4-5 лет в образовательной области «Физическое развитие» в старшей группе общеразвивающей направленности (далее – Программа) содержит материал для организации развивающей деятельности детей старшей группы. Определяет содержание и организацию образовательной деятельности по физическому развитию детей средней группы в возрасте с 5 лет до 6 лет с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. В Программе прописаны разнообразные формы двигательной деятельности, обеспечивающие оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Предусмотрена многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствующая расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья. В плане всесторонней физической подготовки и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях. Одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды. Программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, физического развития личности детей с 5 до 6 лет и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объём, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования) детей подготовительной группы.

Программа разработана на основании следующих законодательных актов и нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ,
- Приказа Минобрнауки России от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования» (далее ФГОС ДО),
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» от 30 августа 2013г. № 1014,
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работ в дошкольных образовательных организациях»

В Рабочей программе учтены концептуальные положения примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Веракса, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой, В.В. Гербовой (М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2016), основной общеобразовательной программы дошкольного образования Организации (далее по тексту – ООП ДО) и методических разработок: Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду (старшая группа)– М.: Мозаика – Синтез, 2014.

1.1.1. Цели и задачи программы

Ведущей целью Программы является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

В области физического развития ребенка **основными задачами** образовательной деятельности являются создание условий для:

– становления у детей ценностей здорового образа жизни;

– развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
– приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
– формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.
Цели Программы достигаются через решение задач, отражённых в Стандарте (п. 1.6) представлены в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016), стр.156-157, 160-161.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа сформирована в соответствии с принципами, определенными Стандартом ***(п.1.4.)*** Кроме того, учитываются принципы ПООП ДО "От рождения до школы", стр. 11-13 (От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. — 352 с.)

Рабочая программа состоит их трех разделов: целевого, содержательного, организационного.

В целевом разделе отражены вопросы целеполагания, постановки задач, основные подходы и принципы к физическому развитию дошкольников, возрастные особенности.
Содержательный раздел представлен в табличном варианте, в виде годового еженедельного планирования образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников. Формат изложения материала представляет вариант нового поколения планирования рабочих программ.
Новизна заключается:
- в интеграции тем, видов, форм образовательной двигательной деятельности;
- в добавлении раздела «Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельной двигательной деятельности», с четким определением того, что освоил ребенок в ходе каждого занятия, каково его индивидуальное развитие в процессе самостоятельного выполнения двигательных заданий, упражнений, игровых действий;

- в определении целевых ориентиров по каждой конкретной теме.

На каждый месяц определена единая цель и основная задача. Цель и задача месяца реализуются через конкретное содержание, которое прописано в теме недели.

За учебный год дети осваивают более ста основных движений, 7-8 подвижных игр.

В программе представлена модель (образец) мониторинга. В сентябре начальный мониторинг, в мае – итоговый. Мониторинг включает в себя качественные показатели освоения элементов техники основных движений, примерный протокол проведения диагностики, возрастно - половые показатели развития двигательных качеств у детей 5-6 лет.

Содержание педагогической работы составлено в виде рекомендаций воспитателю. Рекомендации предусматривают преемственность и единый подход к игровой двигательной деятельности, к проведению подвижных игр в повседневной жизни.

Организационный раздел включает в себя методическое обеспечение образовательного процесса.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Возрастные особенности детей от5-6 лет представлены в пособии Пензулаевой Л.И. «Физическая культура в детском саду (старшая группа)», стр.5-8 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду (средняя группа)– М.: Мозаика – Синтез, 2016.

1.2. Целевые ориентиры

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. (ФГОС ДО, п.4.6.)

Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования Стандарта к целевым ориентирам в обязательной части, с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей. (ФГОС ДО, п.2.11.1)

Результатом реализации рабочей программы являются целевые ориентиры:

- сформированность у ребенка положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- развитость любознательности и познавательной активности;
- развитость крупной и мелкой моторики, контроль за своими движениями, способность к волевым усилиям, преодоление трудностей;
- развитость умений общаться со сверстниками и взрослыми, действовать вместе, в команде с другими детьми;
- достаточно продолжительную познавательную и физическую работоспособность.

1.3. Система оценки результатов освоения Программы

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. Реализация Программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Эта оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической

диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Программой предусмотрена система оценки воспитанников, основанной на методе наблюдения, беседы, продукте детской деятельности. Результаты отражаются в «Индивидуальных картах психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в образовательной деятельности» (далее – Карта), где так же указываются рекомендации по выстраиванию индивидуальной траектории развития каждого ребенка по всем возрастным группам. Оценка результатов освоения Программы проводится педагогами (воспитателями, музыкальным руководителем, инструктором по физической культуре) ежегодно в начале учебного года (октябрь) и в конце года (апрель).

Карты хранятся на бумажном и (или) электронном носителе, в течение всего времени пребывания ребёнка в Организации, при переходе ребенка в другую Организацию Карта передается вместе с ребенком.

Методологическая основа педагогической диагностики (оценки индивидуального развития) в Организации обеспечивается при помощи методик, разработанных к примерной программе.

Диагностический инструментарий инструктора по физической культуре базируется на методических рекомендациях Т.А. Тарасовой «Контроль физического состояния воспитанников дошкольного возраста». - М.: ТЦ Сфера, 2006

В соответствии ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ст. 28 п.11 ДОУ ведет индивидуальный учет результатов освоения Программы (диагностическое обследование).

Процедура проведения диагностического обследования

Диагностика проводится в мае месяце каждой возрастной групп со всеми детьми. Результаты педагогических наблюдений за уровнем индивидуального развития оформляются в выводах педагогов и хранятся в методическом кабинете.

Для сбора конкретных диагностических данных используется метод наблюдения. Данные наблюдения важны для определения уровня освоения детьми двигательной деятельности, формирования ее структуры, а также для определения общего хода его физического развития. Дополняются наблюдения свободным общением педагога с детьми, беседами, играми. Вместе с тем инструктор вместе с педагогами проводит специально организованные диагностические занятия – НОД - в период, определенный в примерной Программе для мониторинга. В эти занятия включаются специально подобранные задания, позволяющие выяснить, насколько ребенок выполняет программные задачи.

Оценка результатов освоения

Сформированы – деятельность соответствует уровню нормы.

Стадия **с**становления – незначительное отклонение от уровня нормы.

Точка **р**оста – практическое несоответствие уровню нормы.

По результатам тестирования заполняются индивидуальные карты физической подготовленности детей (см. приложение), и планируется дальнейшая работа.

II. Содержательный раздел

2.1. Общие положения прописаны на стр. 39 в разделе 2.1.ООП ДО

2 2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). (ФГОС ДО, п.2.6.)

Основные направления реализации образовательной области «Физическое развитие» представлены в ООП ДО, стр.40

Содержание образовательной области «Физическое развитие» для детей старшей группы представлены в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016), стр. 157-158, 301-305.

2.3. Организация образовательной деятельности с учетом используемых методических пособий

Физическая культура

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа – М.: Мозаика – Синтез, 2016-128с .

месяц	IX		X		XI		XII		I		II		III		IV		V	
	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.
	1	15	13	28	25	39	1	48			25	68	1	76	13	86	25	94
	2*	17	14*	29	26*	41	2*	49			26*	69	2*	77	14*	87	26*	95
	4	19	16	30	28	42	4	51	13-14	59-60	28	70	4	79	16	88	28	96
	5*	20	17*	32	29*	43	5*	52	16-17	61-63	29*	71	5*	80	17*	89	29*	97
	7	21	19	33	31	44	7	53	19	63	31	71	7	81	19	89	31	98
	8*	23	20*	34	32*	45	8*	54	20*	64	32*	72	8*	82	20*	91	32*	99
	10	24	22	35	34	46	10	55	22	65	34	73	10	83	22	91	34	100
	11*	26	23*	37	35*	47	11*	57	23*	66	35*	74	11*	84	23*	93	35*	101
Всего	72 Содержание занятия, обозначенного звездочкой (*), аналогично предыдущему																	

Физическая культура на прогулке

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду Старшая группа – М.: Мозаика – Синтез, 2016.-128с

месяц	IX		X		XI		XII		I		II		III		IV		V	
	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	23	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.
	3**	17	15**	29	27**	41	3**	50			27**	69	3**	78	15**	87	27**	96
	6**	20	18**	32	30**	43	6**	52	15-18	61-63	30**	71	6**	80	18**	89	30**	97
	9**	24	21**	35	33**	45	9**	54	21**	65	33**	73	9**	83	21**	91	33**	99
	12**	26	24**	37	36**	47	12**	57	24**	66	36**	75	12**	85	24**	93	36**	101
Всего:	36 Содержание занятия, обозначенного двумя звездочками (**), проводится на площадке или в помещении (в зависимости от погоды) в форме игровых упражнений																	

Утренняя гимнастика

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет.– М.: Мозаика – Синтез, 2017.-128с

2.4. Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 -6лет.

Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Равновесие. Прыжки. Перебрасывание мяча. »
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Броски. Прыжки. Ползание.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Ползание. Равновесие. Броски.»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели:» Подлезание. Равновесие, Прыжки.»

Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Движение – жизнь. Прыжки. Броски.»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Труд в осеннем огороде. Броски. Прыжки.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Ходим – бегаем, метаем. Собираем урожай».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки. Равновесие.»

Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Буду расти здоровым» «Выносливые и сильные».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Развиваем ловкость». «Равновесие».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Ведение. Ползание. Ходьба».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Лазанье. Равновесие. Прыжки».

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Равновесие. Прыжки. Броски.». «Ходьба, упражнения в равновесии»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Прыжки. Броски. Ползание.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: Перебрасывание. Ползание.

	Равновесие.»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Лазание. Равновесие. Прыжки.».

Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Выходные праздничные дни.
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Перебрасывание. Прыжки. Метание.» : «Перебрасывание. Прыжки. Броски .Переползание.».
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Перебрасывание. Ходьба. Пролезание ».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Лазанье. Ходьба. Ведение. Прыжки. Подвижные игры». «Народные зимние забавы».

Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели «Ходьба. Прыжки. Броски. ».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Прыжки. Отбивание. Лазанье.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Метание. Подлезание. Ходьба. ».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели «Лазанье. Прыжки. Отбивание. Равновесие».

Март

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели ««Всегда в движении. Прыжки. Мяч»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели; «Прыжки. Метание. Ползание.» «Ловкие ребята»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Лазанье. Равновесие. Прыжки.»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели : « Метание. Лазанье. Равновесие.»

Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Прыжки. Равновесие. Броски.»

2 неделя (три занятия)	Тема второй недели; «Будь ловким»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Метание. Ползание. Равновесие.»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: « Прыжки. Равновесие. Лазание.»

Май.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Быстрые движения. Сила и скорость» «Прыжки. Броски»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Баскетбол».» Перебрасывание. Прыжки.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Броски. Лазание. Равновесие».
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Ползание. Равновесие. Прыжки».

Июнь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Прыжки. Равновесие. Метание.»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели; «Прыжки. Метание. Лазание.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Равновесие. Лазание. Перебрасывание мяча.»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки. Равновесие. Лазание.»

Июль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Прыжки. Равновесие. Перебрасывание мяча.»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели; «Прыжки. Броски. Лазание.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Равновесие. Метание Прыжки.»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки. Равновесие. Лазание.»

Август

Календарные сроки	Содержание деятельности

1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Прыжки. Равновесие. Школа мяча.»
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели; «Равновесие. Метание. Ползание.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Прыжки. Броски. Ползание»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки. Равновесие. Лазанье.»

Перспективно – тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому воспитанию представлено в Приложении № 1

2.5. Формы, способы и методы работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие» см. ООП ДО стр. 59-61.

2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик
(см. ООП ДО стр. 61)

Программой предусмотрена организация разнообразных культурных практик, ориентированных на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности.

Содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательных областей ориентировано на развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств детей. Задачи психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрированно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

Виды деятельности	Особенности образовательной деятельности	Место ООД в режиме дня
Двигательная деятельность	Направлена на формирование потребности у детей в ежедневной двигательной активности, развитие инициативы, самостоятельности, творчества, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений.	ООД в процессе занятий «Физическая культура» Может осуществляться в режимных моментах и в первую, и во вторую половину дня.

2.6. Создание условий для физического развития и двигательной деятельности см. ООП ДО стр. 82

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, ***важно***:

ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;

обучать детей правилам безопасности;

создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;

использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды для физического развития

Развивающая предметно- пространственная среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности). Оборудование и материал по организации физической деятельности детей сосредоточен в спортивном зале и уголках физического развития в группах. Размещение материала в уголках физического развития предполагает использование его детьми в самостоятельной деятельности, на прогулке и в совместной деятельности с педагогом в режимные моменты.

2.7. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников при реализации Программы

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей. Семья и дошкольное образовательное учреждение - два важных института социализации детей. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития ребенка необходимо их взаимодействие.

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Родителям и воспитателям необходимо преодолеть субординацию, монологизм в отношениях друг с другом, отказаться от привычки критиковать друг друга, научиться видеть друг в друге не средство решения своих проблем, а полноправных партнеров, сотрудников.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

• изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;

• знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;

• информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении дан- ных задач;

• создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;

• привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);

• поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье. (От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант)/ Под ред.Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Мозаика-Синтез, 2014. - 368 с.)

Основные направления и формы работы с семьей

Направления взаимодействия с семьей	**Формы взаимодействия с семьей**
Взаимопознание и взаимоинформирование	Социально-педагогическая диагностика (беседы, анкетирование) Посещение семей Дни открытых дверей в ДОУ Собрания-встречи (знакомство с достижениями и трудностями семьи) Сообщение о фактах из жизни детей в ДОУ (беседы, консультации, собрания, общение через сайт ДОУ) Информационные стенды с эстетически оформленной информацией:

	1.Стратегическая – сведения о целях и задачах развития детского сада о реализуемой образовательной программе, об инновационных проектах дошкольного учреждения. 2.Тактическая – сведения о педагогах и графиках их работы, о режиме дня, о задачах и содержании воспитательно-образовательной работы в группе. 3.Оперативная – сведения об ожидаемых или уже прошедших событиях в ДОО: акции, конкурсы, выставки, встречи, совместные проекты и др Странички групп в официальных сетях Общение по электронной почте
Непрерывное образование воспитывающих взрослых	Основные формы обучения родителей: лекции, семинары, мастер-классы, тренинги, проекты, игры. Принципы родительского образования: -целенаправленности; - адресности – учета образовательных потребностей родителей; - доступности – учет возможностей родителей в освоении материала; - индивидуализации
Совместная деятельность педагогов, родителей, детей	Организуется в разнообразных традиционных и инновационных формах (акции, вечера музыки и поэзии, посещения семьями программных мероприятий семейного абонемента, организованных учреждениями культуры и искусства, по запросу детского сада; семейные гостиные, фестивали, семейные клубы, вечера вопросов и ответов, салоны, студии, праздники (в том числе семейные), прогулки, экскурсии, проектная деятельность).

2.8. Иные характеристики содержания программы. Направление деятельности инструктора по физической культуре

Цель деятельности: укрепление здоровья, физическое развитие обучающихся. Инструктор по физической культуре: - проводит физкультурно-оздоровительную работу с детьми, используя современные здоровьесберегающие технологии; - обеспечивает психологическую безопасность детей путём создания оптимального двигательного режима, доброжелательного стиля общения с детьми, использование приёмов релаксации; - создаёт развивающую предметно-пространственную среду, обеспечивая вариативность, безопасность и полифункциональность, доступность и и безопасность; - взаимодействует с родителями (законными представителями) через консультативную работу, мастер-классы, Дни открытых дверей, совместные спортивные мероприятия, официальный сайт Учреждения и личный сайт в сети Интернет. На время отсутствия инструктора по физической культуре организованную образовательную деятельность по физической культуре проводит воспитатель. Физкультурно-оздоровительная работа представлена моделью двигательного режима см. ООП ДО стр. 107.

Модель двигательного режима в старшей группе

	Форма организации	Место в режиме дня	5-6 лет
Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно	8 мин.
2	Игры подвижные (сюжетные)	Ежедневно, не менее 4 раз	20 мин.
3	Музыкально-ритмические движения	На улице, в группе, в музыкальном зале (воспитатели, музыкальный руководитель)	8 мин.
4	Специально организованное закаливание	Ежедневно на улице (лето), в группе	15 мин.
5	Индивидуальная работа по развитию основных видов движений	На улице во время прогулки, в группе 2-3 раза	8 мин.
6	Бодрящая гимнастика после сна с элементами дыхательной гимнастики	Ежедневно в группе	8 мин.
7	Физкульминутки	Ежедневно во время организованной деятельности – НОД	3 мин.
ООД (организованная деятельность, занятия)			
1	Физкультура в помещении	По расписанию (инструктор по физическому воспитанию)	20 мин / 2 раза в неделю
2	Физкультура на улице	По расписанию во время прогулки 1 раз в неделю инструктор по физическому воспитанию)	20 мин.
4	Музыка	По расписанию, 2 раза в неделю в музыкальном зале (музыкальный руководитель)	20 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в группе и на прогулке Ежедневно, в помещениях и на свежем воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных особенностей развития и потребностей детей. Проходит под наблюдением воспитателя.			
Физкультурно-массовые мероприятия			
1	Неделя здоровья	воспитатели, инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель	2 раза в год (ноябрь, март)
2	Физкультурный досуг (развлечение)	1 раз в 2 месяца (воспитатели, специалисты)	35-40 мин.
3	Физкультурный праздник	2 раза в год в спортивном зале или на улице	60-90 мин.
4	Спортивные праздники вне учреждения (мини-футбол, « Веселые старты»)	По плану управления образования приокского района 1-2 раза в год	
Дополнительное образование			
1	Секция «Баскетбол»	2 раза в неделю в спортивном зале (инструктор по физкультуре)	25 мин.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1.Описание материально-технического обеспечения Программы

Составляющие материально-технической базы	**Перечень оборудования и оснащения**
Здание	Отдельно стоящее, двухэтажное, кирпичное, выполнен по типовому проекту.
Территория детского сада	- две спортивные площадки
Помещения детского сада	**с**портивный зал

Описание функционального использования помещений и их оснащения

Вид помещения **Функциональное использование**	**Оснащение**
Спортивный зал: - Физкультурные занятия. - Спортивные развлечения. - Индивидуальная работа с детьми. - Консультативная работа с родителями (законными представителями) и педагогами.	- Оборудование для общеразвивающих упражнений по количеству детей. - Оборудование для развития основных движений. - Здоровьесберегающее оборудование.

Описание функционального использования территории и ее оснащения

Функциональное использование	**Оснащение**
Прогулочные участки: - Двигательная деятельность (подвижные игры, индивидуальная работа, спортивные игры и упражнения, самостоятельная двигательная активность).	- Оборудование для двигательной деятельности
Спортивные площадки: - Физическая культура - организованная образовательная деятельность. - Подвижные и спортивные игры. - Физкультурные развлечения. - Праздники.	- Оборудование для двигательной деятельности: - беговая дорожка вокруг здания ДОО, - сектор для игры в «городки», -сектор для метания

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

3.2.1.Обеспеченность методическими материалами

Образовательная область «Физическое развитие»

Наименование методического обеспечения	
Физическая культура	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3-7 лет. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5 - 6 лет). Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова. Наглядно-дидактические пособия	Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю. Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни-М. ТЦ Сфера, 2012-128с. Колбасина Т.В. игры для детей дошкольного возраста. – М, 2006.-192с. Картушина М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет.-М.: ТЦ Сфера, 2004.-128с.

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия «Расскажите детям о…»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».	

3.2.2.Обеспеченность средствами обучения и воспитания

(см. ООП ДО стр 139-141)

Спортивные площадки

№ п/п	Оборудование	Наименование
1	**Стационарное**	Детский спортивный комплекс «Жираф» с баскетбольным кольцом.
		Стойки для волейбола
		Бревно
		Бум
		Дорожка «Змейка»
		Детский спортивный комплекс
		«Мостики с переправой»
		Детский спортивный комплекс «Шалаш»
		Детский спортивный комплекс для лазанья.
2	**Выносное**	Ракетки для бадминтона, воланчики, мячи
		Мячи баскетбольные
		Мячи футбольные
		Сетка волейбольная
		Мешочки для метания
		Малые мячи
		Мячи с хвостиками
		Атрибуты для подвижных игр
		Конусы
		Флажки
		Лыжи

Технические средства обучения

Секундомер – 2шт. Магнитофон

3.3.Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

см. ООП ДО стр. 104

Режим работы учреждения и длительность пребывания в нем воспитанников определяется Уставом учреждения, договором, заключенным между учреждением и учредителем и договором, заключенном между учреждением и родителями (законными представителями). Учреждение работает по пятидневной рабочей неделе; суббота, воскресенье и государственные праздники – выходные дни.

Режим работы детского сада: с 6-30 до 18-30.
Режим работы групп –12 часов.

Режим дня соответствует возрастным особенностям воспитанников и требованиям СанПиН 2.4.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работ в дошкольных образовательных организациях» и предусматривает:
- соблюдение баланса между разными видами активности воспитанников (физической, интеллектуальной и др.), их чередования;
- профилактические и оздоровительные мероприятия,
- выделение достаточного количества времени для сна, прогулки, строгое соблюдение интервалов между приемами пищи;
- наличие целесообразного соотношения между организованной взрослыми и самостоятельной деятельности воспитанников.

Режим дня составляется на холодный (сентябрь-май) и теплый периоды года (июнь-август). В практику работы внедрен режим двигательной активности.
При выполнении режима дня педагоги учитывают индивидуальные и психофизические возможности воспитанников и используют метод постепенности при организации всех режимных процессов (приеме пищи, одевании, раздевании, пробуждении после дневного сна). Одевание на прогулку и возвращение с прогулки проводится по подгруппам. Во вторую подгруппу при одевании на прогулку и первую подгруппу при возращении с прогулки приглашаются часто болеющие воспитанники, после перенесенных заболеваний. Если перед прогулкой проводилось занятие двигательного характера (музыкальное или физкультурное), подвижная игра проводится в середине или конце прогулки. Если занятие статического характера, подвижная игра проводится в начале прогулки)

Примерный режим дня на холодный период года

Режимные моменты	**5-6 лет**
Приход детей в детский сад, взаимодействие с родителями воспитанников, самостоятельная и совместная деятельность детей: игровая, коммуникативная, трудовая, продуктивная, двигательная, поисково-исследовательская. Индивидуальная работа воспитателя с детьми	6.30 – 8.15
Утренняя гимнастика	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей Подготовка к образовательной деятельности	8.40 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	9.00- 10.00

Второй завтрак	10.00 –10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная и совместная со взрослым деятельность детей: игровая, наблюдения, экспериментальная, двигательная, трудовая. Индивидуальная работа воспитателя с детьми. Занятие физической культурой	10.10 –12.25
Возвращение с прогулки, водно – гигиенические процедуры Самостоятельная и совместная деятельность: коммуникативная, трудовая	12.25- 12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 –13.10
Подготовка ко сну, Самостоятельная и совместная деятельность: коммуникативная, трудовая **дневной сон**	13.10 –15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, самостоятельная и совместная деятельность: коммуникативная, трудовая, двигательная	15.00 –15.25
Подготовка к полднику, полдник Самостоятельная и совместная деятельность	15.25 –15.40
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность. Индивидуальная работа воспитателя с детьми.	15.40 –16.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Самостоятельная и совместная деятельность дете взрослым: игровая, наблюдения, экспериментальная, трудовая, коммуникативная, труд двигательная. **Взаимодействие с родителями воспитанников. Уход домой.**	16.40 – 18.30
Дома рекомендовано: прогулка, возвращение с прогулки, спокойные игры, ужин, гигиенические процедуры, укладывание.	18.30-21.00

Примерный режим дня на теплый период года

	5-6 лет
Дома: подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В детском саду: Прием, игры, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.15
Утренняя гимнастика на улице	8.15 – 8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.45
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.45- 9.15
Второй завтрак	10.15-10.30
Прогулка (игры, труд, наблюдения, целевые прогулки, физ.упражнения, индивидуальная работа, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность детей, развлечения)	9.15 – 12.00

Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры (душ, мытье ног, расширенное умывание)	12.00 – 12.15
Подготовка к обеду, обед	12.15– 12.40
Подготовка ко сну, дневной сон	12.40 – 15.10
Подъем, закаливающие процедуры, гимнастика после сна, игры	15.10 – 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30– 15.45
	15.45 – 16.30
Игры, труд, наблюдения, самостоятельная деятельность, уход детей домой	16.30 – 18.30

3.4. Учебный план основной образовательной программы см. ООП ДО стр. 109

Образовательные области	**Базовый вид деятельности**	**Максимально допустимое количество ООД в неделю//максимальный объем образовательной нагрузки (в минутах) //количество ООД в год**
		5-6 лет
		Инвариантная часть
Физическое развитие	Физкультура в помещении (зал)	2//25//71
	Физкультура на прогулке	1//25/38
	Здоровье	Через интеграцию с другими образовательными областями
Познавательное развитие	Ознакомление с миром природы	0,5//25//19
	Ознакомление с предметным и социальным окружением	0,5//25//19
	Формирование элементарных математических представлений	1//25//37
Речевое развитие	Развитие речи	2//25//70
Художественно-эстетическое развитие	Рисование	2//25//75
	Лепка	0,5//25//19
	Аппликация	0,5//20//18
	Музыка	2//20//75
	Конструктивно-модельная деятельность	Через интеграцию с другими образовательными областями
Социально-коммуникативное развитие	Безопасность	Через интеграцию с другими образовательными областями
	Социализация	Через интеграцию с другими образовательными областями
	Труд	Через интеграцию с другими образовательными областями
		Вариативная часть
ИТОГО: (количество ООД в неделю//объем нагрузки в неделю // мин в неделю)		**12//25//300**
Образовательная деятельность в ходе режимных моментов		
Утренняя гимнастика		ежедневно
Гигиенические процедуры		ежедневно
Комплекс закаливающих процедур		ежедневно
Чтение художественной литературы		ежедневно
Ситуативные беседы при проведении режимных моментов		ежедневно

Дежурство	ежедневно
Прогулка	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей	
Игра	ежедневно
Самостоятельная деятельность в центрах	ежедневно
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно

3.5. Календарный учебный график

1. Режим работы учреждения		
Продолжительность учебной недели	5 дней (с понедельника по пятницу)	
Режим работы ДОУ	06.30-18.30	
Время работы групп	12 часов	
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье и праздничные дни	
2. Продолжительность учебного года		
Учебный год	С 02.09.2019 г. по 29.05.2020 г.	39 недель
I полугодие	С 02.09.2019 г. по 31.12.2019 г.	17 недель
II полугодие	С 01.01.2020 г. по 31.05.2020 г.	22 недели
Летний оздоровительный период	С 01.06.2020 г. по 31.08. 2020 г.	13 недель
3. Каникулярное время и праздничные дни		
3.1. Каникулы		
Зимние каникулы	01.01.2020 г. - 08.01.2020 г.	8 дней/1 неделя и один день
Летние каникулы	01.06.2020 г.-31.08.2020 г.	13 недель
3.2. Праздничные дни		
День народного единства	02.11.- 04.11.2019 г.	3 дня
Новогодние праздники	01.01. - 08.01.2020 г.	8 дней
День Защитника Отечества	22.02.-24.02.2020 г.	3 дня
Международный женский день	07.03.-09.03. 2020 г.	3 дня
Праздник Весны и труда	01.05.- 05.05. 2020 г.	5 дней
День Победы	9.05.-11.05. 2020 г.	3дня
День России	12.06. -14.06. 2020 г.	3дня

3.6. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2016. – 352 с.

1.Зимний спортивный праздник (5-7 лет) 2. День защитника Отечества (тематические развлечения средние, старшие и подготовительные группы) 3. День Победы (тематические развлечения средние, старшие и подготовительные группы) 5. Летний спортивный праздник (5-7 лет)

3.7. Особенности организации развивающей предметно - пространственной образовательной среды см. ООП ДО стр. 133

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, Группы, а также территории, прилегающей к Организации или находящейся на небольшом удалении, приспособленной для реализации Программы (далее - участок), материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития. (ФГОС ДО, п.3.3.1)

Развивающая предметно-пространственная среда создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО (п.3.3.4), **РППС в ДОУ**:

содержательно-насыщенная – включает средства обучения (в том числе технические), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

трансформируемая – обеспечивает возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов и возможностей детей;

полифункциональная – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

доступная – обеспечивает свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

безопасная – все элементы РППС соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасность их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.

При организации РППС соблюдается ***принцип стабильности и динамичности*** окружающих ребенка предметов в сбалансированном сочетании традиционных (привычных) и инновационных (неординарных) элементов, что позволяет сделать образовательный процесс более интересным, формы работы с детьми более вариативными, повысить результативность дошкольного образования и способствовать формированию у детей новых компетенций, отвечающих современным требованиям.

Пособия, игры и игрушки, предлагаемые детям, несут информацию о современном мире и стимулируют поисково-исследовательскую детскую деятельность.

Для обеспечения ребенку свободного выбора предметов и оборудования РППС, возможности действовать индивидуально или со сверстниками, при формировании РППС уделяется внимание ее ***информативности,*** предусматривающей разнообразие тематики материалов и оборудования.

РППС в ДОУ обеспечивает:

- соответствие материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей;
- соответствие возрастным возможностям детей;
- трансформируемость в зависимости от образовательной ситуации, интересов и

возможностей детей;

- возможность использования различных игрушек, оборудования и прочих материалов в разных видах детской активности;
- вариативное использование различных пространств (помещений) и материалов (игрушек, оборудования и пр.) для стимулирования развития детей;
- наличие свободного доступа детей (в том числе с ограниченными возможностями физического здоровья и детей-инвалидов) непосредственно в организованном пространстве к игрушкам, материалам, пособиям и техническим средствам среды.
- соответствие всех компонентов РППС требованиям безопасности и надежности при использовании согласно действующим СанПиН.

IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Краткая презентация рабочей программы

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана в соответствии с основной образовательной программой МБДОУ «Детский сад № 87».

Содержание образовательного процесса выстроено в соответствии с Примерной основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М. А. Васильевой, М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2016.- 352 с.

И направлена на решение задач:

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

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

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

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

Приложение № 1

Перспективно – тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому воспитанию

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 1, 2*,3**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения опыта в игровой двигательной деятельности. **Задача:** овладеть двигательными навыками и умениями в процессе освоения основных движений, общеразвивающих упражнений, подвижных игр. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие,	**Тема первой недели: «Броски. Прыжки. Ползание.»** Краткое содержание двигательной деятельности: - общеразвивающие упражнения «Насос», « Часики», «Крылья»; - ходьба на носках между предметами; - подбрасывание и ловля мяча; - сохранение равновесия при ходьбе; - бег со скоростью; - медленный бег.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения в физкультурном зале. **Двигательная.** **Занятие 1. Стр 15.** **1 часть**. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения: перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе бег в колонне по одному; ходьба врассыпную, бег врассыпную; перестроение в колонну по одному в движении. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Равновесие ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на поясе (3—4 раза). 2. Прыжки подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед, энергично 2—3 раза. 3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах (расстояние между детьми 2,5 м), двумя	Участие в беседе. Освоение разных видов ходьбы. Самостоятельное выполнение дыхательных упражнений. Выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельный бег со скорость, медленный бег Участие в подвижной игре «Мышеловка». Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок имеет опыт в двигательной деятельности; - выполняет основные движения; - овладел подвижными играми с правилами; - у ребенка развито равновесие при ходьбе. - ребенок может контролировать свои движения - ребенок выполняет основные движения; - согласует движения с правильным дыханием; - владеет координацией движений; - ребенок подвижен, вынослив.

формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча. **Задачи:** Упражнять в построении в колонну по одному; упражнять в равновесии и прыжках.		руками снизу (10—12 раз). **Игровая.** Подвижна игра «Мышеловка». **3 часть.** Игра малой подвижности «У кого мяч?». **Коммуникативная.** Загадки об осени. **Трудовая.** Уборка инвентаря. **Занятие 2*.** Стр 17. Основные виды движений. 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, руки за головой. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (расстояние 4 м) между предметами, положенными на расстоянии 40 см один от другого («змейкой»). 3. Перебрасывание мячей в шеренгах после удара мячом о пол. **Занятие 3**.Стр17.** **1 часть**. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег в колонне по одному (в чередовании). «Быстро в колонну». **2 часть**. игровые упражнения. «Пингвины» «Не промахнись». «По мостику». Подвижная игра «Ловишки.» 3 часть. Игра малой подвижности «У кого мяч?» .		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 4,5*,6**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для физического развития в двигательной деятельности. **Задача:** освоить основные движения в процессе развивающих упражнений и игровой деятельности. **Задачи:** Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с	**Тема второй недели: «Ходьба. Бег. Метание. Броски.»** Краткое содержание: Краткое содержание двигательной деятельности: - общеразвивающие упражнения - ходьба друг за другом с наклонами вперед; - ходьба на носках; - бег змейкой; - бег врассыпную; - ходьба врассыпную.	**Коммуникативная**. Беседа «Зачем человеку нужно движение?» **Двигательная.** **Занятие 4.**Стр 19. **1 часть.** Построение в шеренгу, Ходьба на носках, руки на поясе, бег. Ходьба и бег между предметами. Перестроение в три колонны. **2часть.** Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. 1. Прыжки — подпрыгивание на двух ногах («достань до предмета»). 2. Подбрасывание малого мяча (диаметр 6—8 см) вверх двумя руками 12—15 раз. 3. Бег в среднем темпе (до 1,5 мин). **Игровая.** Подвижная игра «Сделай фигуру». **3 часть.** Игра «Найди и промолчи». **Трудовая.** Уборка инвентаря. **Занятие 5*.** Стр 20. Основные виды движений. 1. Прыжки в высоту с места («достань до предмета») (4—5 раз). 2. Бросание мяча вверх и ловля его двумя	Индивидуальное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке. Метание шишек в вертикальную и горизонтальную цели. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок владеет приемами метания правой и левой рукой; - различает вертикальную и горизонтальную цель; - умеет прыгать в высоту; - выполняет упражнения на равновесие.

доставанием до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин. **Задачи:** Упражнять в ходьбе и беге между предметами, врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевать за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом.		руками, с хлопком в ладоши (15—20 раз). 3. Ползание на четвереньках между предметами в чередовании с ходьбой и бегом (2—3 раза). **Занятие 6**** стр 20. **1 часть.** Построение в одну шеренгу. Ходьба в колонне по одному, ходьба между предметами, затем бег. Ходьба и бег врассыпную (в чередовании). **2 часть.** Игровые упражнения. «Передай мяч» 2 раза. «Не задень». 2—3 раза. Подвижная игра «Мы, веселые ребята». . Игра повторяется 3—4 раза. **3 часть.** Игра малой подвижности «Найди и промолчи» (см. с. 18).		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 7,8*,9**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
	Тема третьей недели:	**Двигательная.**		

Физическое развитие. **Цель:** создание условий для физического развития в двигательной деятельности. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. **Задачи:** Упражнять детей	**«Ползание. Равновесие. Броски.»** Краткое содержание: - подбрасывание мяча; - ловля мяча; - ловля мяча двумя руками; - бег со средней скоростью.	**Занятие 7** стр 21. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на поясе. Бег в колонне по одному (до 1 мин.) .**2 часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях (2—3 раза). 2. Ходьба по канату (веревке) боком приставным шагом, руки на поясе (2——3 раза),. 3. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком (10—12 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Удочка». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному. **Занятие 8***стр 23. Основные виды движений. 1. Перебрасывание мячей друг другу (двумя руками из-за головы. 2. Ползание по скамейке, опираясь на предплечья и колени. 3. Равновесие ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. **Занятие 9**** стр 24. **1 часть**. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на поясе, затем на пятках, руки за голову; бег в среднем темпе (до 2 мин); ходьба.	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Ползание под веревкой. Ползание под дуги. Участие в подвижных играх «Филин и пташки», «Совушка». Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в трудовой деятельности.	- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - владеет основными движениями; - выполняет указания взрослого; - проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности

в непрерывном беге до 1 мин (в чередовании с ходьбой); разучить игровые упражнения с прыжками; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре.		**2 часть**. Игровые упражнения. «Не попадись». «Мяч о стенку». **Игровая.** Подвижная игра «Быстро возьми». 2—3 раза. **3 часть.** Ходьба в колонне по одному между предметами (6—8 шт.), положенными в одну линию.		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 10,11*,12**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для физического развития в двигательной деятельности. **Задачи:** Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу ;	**Тема четвертой недели: «Подлезание. Равновесие. Прыжки.»**	**Двигательная.** **Занятие 10** стр 24. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному, семенящий шаг. Перестроение в колонну по три. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения с палкой. Основные виды движений. 1. Пролезание в обруч боком в группировке (5—6 раз).		- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.

разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках . **Задачи:** Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер, упражнять в прыжках.		2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове (2—3 раза). 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен — «Пингвины» (расстояние 3 м) — 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Мы, веселые ребята». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному с выполнением упражнений по сигналу (руки в стороны, руки вниз, руки за голову). **Занятие 11***стр 26. Основные виды движении. 1.Пролезание в обруч прямо и боком (в чередовании) в группировке (5—б раз). 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (2—3 раза). 3. Прыжки на двух ногах между предметами (расстояние 4 м) —2—3 раза. **Занятие 12**.**.**Стр 26. **1 часть.** Ходьба в колонне по одному и врассыпную, бег в умеренном темпе до 1 мин (в чередовании). **2 часть.** Игровые упражнения. «Поймай мяч». «Будь ловким». (2—3 раза). «Найди свой цвет». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному и между кеглями).		

Октябрь

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 13,14*,15**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для развития у детей двигательных навыков. **Задача:** освоить основные движения в процессе разных видов двигательной деятельности; освоить прыжки на месте, через несколько предметов, через скакалку. **Задачи:** Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге	**Тема первой недели: «Движение – жизнь. Прыжки. Броски. »** Краткое содержание: - ходьба и бег с сохранением дистанции; - упражнения с мячом; - ходьба с построением; - прыжки на месте; - прыжки через несколько предметов; - прыжки через скакалку - подвижные игры.	**Коммуникативная.** Рассказ с объяснением о ходьбе с построением в звенья. **Двигательная.** **Занятие 13** стр 28. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба; по сигналу, перестроение в колонну по два. Ходьба в колонне по два, бег врассыпную, ходьба врассыпную, ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе до 1 мин. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через шнуры, 2—3 раза. 3. Бросание мяча двумя руками от груди (по способу баскетбольного броска), стоя в шеренгах на расстоянии 3 м. **Игровая.** Подвижная игра «Перелет птиц». **Занятие 14 *** стр 29. Основные виды движений.	Слушание рассказа с объяснением о ходьбе с построением в звенья. Участие в двигательной деятельности. Выполнение общеразвивающих упражнен6ий. Выполнение основных движений. Самостоятельное выполнение разных видов прыжков. Участие в подвижных играх «Затейники», «Паук», «Парашютики», «На одной ножке – по дорожке».	- ребенок умеет внимательно слушать рассказ с объяснением; - активен в двигательной деятельности; - проявляет выносливость при выполнении общеразвивающих упражнений; - с интересом участвует в подвижных играх. - соблюдает дистанцию в прыжках; - умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности.

до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча. **Задачи:** Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; учить прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой рукой (элементы баскетбола); упражнять в прыжках		1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии трех (приставных) шагов ребенка (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через шнуры (5—6 шт.) правым и левым боком. Расстояние между шнурами 35—40 см (2—3 раза). 3. Передача мяча двумя руками от груди (8—10 раз) **Занятие 15**** стр 29. **1 часть**. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с высоким подниманием колен; бег врассыпную; ходьба между кеглями, поставленными в один ряд; бег до 1,5 мин в умеренном темпе, переход на ходьбу. **2 часть.** Игровые упражнения. 1. Отбивание мяча правой и левой рукой на месте. 2. Ведение мяча на месте попеременно правой и левой рукой. **Игровая.** 3.Подвижная игра «Не попадись». **3 часть**. Ходьба в колонне по одному.		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 16,17*.18**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)

Физическое. Развитие. **Цель:** создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. **Задача:** научить правильно выполнять простые общеразвиваю-щие упражнения. **Задачи:** Разучить с детьми поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через	**Тема второй недели: «Игровые упражнения. Труд в осеннем огороде».** Краткое содержание - передвижение разными шагами; - бег (разные варианты); - ходьба и бег; - повороты; -прыжки (разные варианты). - убираем морковь: (общеразвивающие упражнения) - собираем огурцы; (общеразвивающие упражнения) - собираем фрукты; - радуемся урожаю.	**Коммуникативная.** Беседа об овощах и фруктах. Загадки об овощах и фруктах. **Двигательная. Занятие 16** стр 30. **1 часть**. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; на сигнал; бег с перешагиванием через бруски. ***2 часть.*** Общеразвивающие упражнения с большим мячом. Основные виды движений. 1. Прыжки — спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги (6—8 раз). 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы (10—12 раз). 3. Переползание через препятствия (гимнастическая скамейка). **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на полу». **3 часть**. Игра малой подвижности «У кого мяч?». **Двигательная. Занятие 17 ***стр 32. Основные виды движений. 1. Прыжки — спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги (6—8 раз). 2. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (расстояние 3 м) —8—10 раз. 3. Ползание на четвереньках с переползанием через препятствия (2 раза). **Занятие 18**** стр 32. **1 часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по	Участие в беседе. Самостоятельное отгадывание загадок. Самостоятельное выполнение игровых общеразвивающих упражнений; Участие в коллективных подвижных играх: «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник». Участие в игровых упражнениях. Самостоятельное выполнение всех двигательных заданий	- ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения; - проявляет ловкость и быстроту в подвижных играх; - умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности.

препятствия. **Задачи:** Упражнять в ходьбе на носках, пятках, беге до 1,5 мин; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.		одному; на сигнал ходьба на носках, руки на поясе, на другой сигнал бег до 1,5 мин, затем ходьба обычная, на пятках и снова бег до 30 с. **2 часть.** Игровые упражнения. «Проведи мяч» (баскетбольный вариант). .«Мяч водящему». следующих занятиях или на прогулке. **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному.		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 19,20*,21**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. **Задачи:** Продолжать отрабатывать	**Тема третьей недели: «Ходим – бегаем, метаем.** **Собираем урожай».** Краткое содержание: - ходьба в колонне; - ходьба на пятках; - ходьба на носках; - ходьба и прыжки; - бег с изменением темпа; - общеразвивающие упражнения. - прыжки;	**Коммуникативная.** Беседа о пользе ходьбы и бега. **Двигательная.** **Занятие 20** стр 34. **1 часть**. Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба в медленном темпе и в быстром, в чередовании. Бег врассыпную с остановками по сигналу: «Аист!», «Зайцы!». **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с малым мячом. Основные виды движений.	Участие в беседе. Освоение разных видов ходьбы: ходьба в колонне друг за другом, ходьба на пятках, ходьба на носках. Выполнение разного вида бега, по указанию взрослого. Самостоятельное выполнение	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - ребенок уверен в своих силах; - с интересом участвует в совместных играх; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и

навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег до 2 мин; учить игре в бадминтон; упражнять в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; повторить игровое упражнение с прыжками.	- подлезание под дуги.	1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2 м (4—5 раз). 2. Лазанье - подлезание под дугу прямо и боком (в группировке), не касаясь руками пола (3—4 раза). 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе (3—4 раза). **Игровая.** Подвижная игра «Удочка». 3 часть. Ходьба в колонне по одному. **Занятие 21*** стр 35. **1 часть**. Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба с перешагиванием через шнуры, положенные на расстоянии одного шага ребенка (5—6 шт.); бег с перешагиванием через предметы (расстояние между предметами 70—80 см); ходьба обычная, переход на непрерывный бег до 2 мин в медленном темпе. **2 часть.** Игровые упражнения. «Пас друг другу». «Отбей волан». Эстафета «Будь ловким».	общеразвивающих упражнений. Участие в подвижной игре.	взрослыми.

		3 часть. Ходьба в колонне по одному.		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 22,23*,24**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. **Задачи:** Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком;	**Тема четвертой недели: «Прыжки. Равновесие.»** Краткое содержание: Пролезание боком. Ходьба по гимнастической скамейке на носках. Прыжки на двух ногах	**Двигательная.** **Занятие 22.** Стр 35. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Построение в колонну по два. Ходьба в колонне по два, Бег в колонне по два, на сигнал - поворот, не изменяя темпа бега. Бег и ходьба проводятся в чередовании. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с обручем. Основные виды движений. 1. Пролезание (боком, не касаясь руками пола, в группировке) (2—3 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине перешагнуть через предмет (2—3 раза). 3. Прыжки на двух ногах на мягкое препятствие (высота 20 ем), прыжки с трех	Участие в освоении практических навыков Участие в соревновании «Кто дальше прыгнет». Участие в подвижной игре.	- ребенок освоил практические навыки по прыжкам в длину с разбега; - имеет потребность бегать, прыгать; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

упражнять в равновесии и прыжках. **Задачи:** Упражнять в медленном беге до 1,5 мин; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках; развивать внимание в игре «Затейники».		шагов на препятствие (5—6 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Гуси-лебеди». **3 часть**. Игра малой подвижности «Летает — не летает». **Занятие 23*** стр 37. Основные виды движений. 1. Переползание на четвереньках с преодолением препятствий (2—3 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше (2—3 раза). 3. Прыжки на препятствие (Высота 20 см) — 2—3 раза. **Занятие 24**** стр 37. **1 часть.** Ходьба «змейкой» в колонне по одному между предметами, бег в медленном темпе до 1,5 мин, ходьба врассыпную, бег «змейкой» между предметами (в чередовании). **2 часть.** Игровые упражнения. «Посадка картофеля» (3—4 раза). «Попади в корзину» (баскетбольный вариант). «Проведи мяч» (ведение мяча одной рукой на расстояние 4—5 м). **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки-перебежки.». **3 часть**. Игра малой подвижности «Затейники».		

Ноябрь

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 25,26*,27**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. **Задача:** познакомить детей с различными видами спорта. Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег врассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать	**«Буду расти здоровым».** Краткое содержание: - ходьба, бег, перестроение; - гимнасты, пловцы, футболисты.	**Коммуникативная.** Рассказ педагога (инструктора) о видах спорта. **Двигательная.** **Занятие 25** стр 39. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки, объяснение задания, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба с высоким подниманием колен, бег врассыпную, бег между кеглями, обычная ходьба в колонне по одному. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения с малым мячом. Основные виды движений. 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая малый мяч из правой руки в левую перед собой и за спиной (2—3 раза). 2. Прыжки на правой и левой ноге (2—3 раза). 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу 8—10 раз. **Игровая.**	Участие в беседе о разных видах спорта. Совершенствование физических качеств. Выполнение упражнений: ходьба с поворотами в углах, ходьба на носках и пятках, перестроение в три круга. Участие в разных видах двигательной деятельности. Самостоятельное выполнение упражнений по теме «Гимнасты», «Пловцы», «Футболисты». Участие в подвижной игре.	- ребенок умеет поддержать беседу; - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - умеет самостоятельно выполнять упражнения, связанные с разными видами спорта; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.		Подвижная игра «Пожарные на учении». **3 часть.** Игра малой подвижности «Найди и промолчи». **Занятие 26*** стр 41. Основные виды движений. 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной (2—3 раза). 2. Прыжки по прямой (расстояние 6 м) — два прыжка на правой ноге, затем два на левой (попеременно 2 раза). 3. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах на расстоянии 3 м (10—12 раз). **Занятие 27**** стр 41. **1 часть.** Ходьба в колонне по одному, по сигналу остановиться; бег в медленном темпе до 1,5 мин; ходьба с перешагиванием через бруски (высота 10 см); бег врассыпную. **2 часть.** Игровые упражнения. «Мяч о стенку». «Поймай мяч». «Не задень». **Игровая.** Подвижная игра «Мышеловка».. **3 часть.** Игра малой подвижности «Угадай по голосу».		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 28,29*,30**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. . **Цель:** создание условий для развития ловкости. **Задача:** развивать ловкость в процессе выполнения игр и упражнений. Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между	**«Развиваем ловкость».** Краткое содержание: - упражнения с гимнастическими палками и кольцами; - подвижные игры.	**Коммуникативная.** Беседа о безопасном выполнении движений с предметами **Двигательная.** **Занятие 28** стр 42. **1 часть.** Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения . Бег между кеглями, поставленными в один ряд. Ходьба и бег чередуются. Перестроение в колонну по два, а затем в колонну по три. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Прыжки с продвижением вперед — поочередное подпрыгивание (по два прыжка) на правой, затем на левой ноге (расстояние 4 м) — 2—3 раза. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват с боков скамейки) — 2—3 раза. 3. Отбивание мяча о землю, продвигаясь вперед шагом (расстояние 5 м) —2—3 раза. Подвижная игра «Не оставайся на полу».	Самостоятельный бег с перешагиванием через гимнастические палки. Самостоятельное выполнение движений с предметами: гимнастическими палками и кольцами. Участие в подвижных играх игры «Будь ловким», «Не задень».	- ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений; - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу; - в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.

предметами. Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; упражнять в беге и равновесии.		**Игровая.** **3 часть**. Игра малой подвижности «Найди и промолчи». **Занятие 29*** стр 43. Основные виды движений. 1. Прыжки на правой и левой ноге (попеременно) до обозначенного места (расстояние 4 м) — 2—3 раза. 2. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч (вес 0,5 кг) в прямом направлении (расстояние 6 м) — 1—2 раза. 3. Отбивание мяча (диаметр 6—8 см) о пол, продвигаясь вперед шагом (2—3 раза). **Занятие 30 ****стр 43. **1 часть.** Ходьба в колонне по одному, по сигналу бег с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой, без паузы; ходьба врассыпную, на сигнал : «Стоп» — остановиться и встать на одной ноге, руки на поясе. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. **2 часть**. Игровые упражнения. «Мяч водящему». «По мостику». (2—3 раза). **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки» (с ленточками) **3 часть.** Игра малой подвижности «Затейники		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий:31,32*,33**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. **Задачи:** освоить двигательные упражнения в парах, колонне, шеренге; развивать навыки коллективного взаимодействия в народных играх. . Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного	«**Ведение. Ползание. Ходьба».** Краткое содержание: - ходьба и бег парами; - упражнения в колонне; - упражнения в шеренге.	**Коммуникативная.** Беседа о том, как выполняются движение в парах. **Двигательная.** **Занятие 31** стр 44. **1 часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба по сигналу с ускорением и замедлением темпа движения; бег между предметами; ходьба врассыпную. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с большим мячом. Основные виды движений. 1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед (расстояние 5 м) — 2—3 раза. 2. Пролезание в обруч с мячом в руках в группировке, не касаясь верхнего обода (2—4 раза). 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой (2—3 раза). **Игровая.** Подвижная игра «Удочка». **3 часть**.. Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий для рук по сигналу	Освоение бега и ходьбы Выполнение упражнений в колонне. Выполнение упражнений в шеренге. Участие в подвижных играх: ««Перебрось и поймай».. «Перепрыгни - не задень». «Удочка»	- Ребенок освоил бег и ходьбу парами; - может самостоятельно контролировать двигательные упражнения в колонне, шеренге; - проявляет активность в игровой двигательной деятельности.

места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии. Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.		воспитателя. **Занятие 32*** стр 44. Основные виды движений. 1. Ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м (2—3 раза). 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени (2 раза). 3. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами (расстояние 3 м) — 2—3 раза. **Занятие 33**** стр 45. **1 часть**.. Ходьба в колонне по одному, медленный непрерывный бег до 2 мин; ходьба врассыпную. **Игровая.** **2 часть.** Игровые упражнения. «Переброс и поймай».. «Перепрыгни - не задень». «Ловишки парами.» **3 часть.** Игра малой подвижности «Летает — не летает».		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 34,35*,36**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:**	«**Лазанье. Равновесие.**	**Двигательная.** **Занятие 34** стр 46.		

создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. **Задачи:** развивать навыки коллективного взаимодействия в подвижных играх.. Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу ; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с	**Прыжки».**	**1 часть.** Ходьба в колонне по одному, врассыпную (по сигналу с выполнением «фигуры»; бег врассыпную. Ходьба и бег повторяются в чередовании. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках. Основные виды движений. 1. Лазанье — подлезание под шнур (высота 40 см) боком, не касаясь руками пола и не задевая за верхний край шнура (5—6 раз). 2. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета (расстояние 5 м) - 2—3 раза. 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. Подвижная игра в «Пожарные на учении». **3 часть.** Игра малой подвижности «У кого мяч?». **Занятие 35*** стр 47. Основные виды движений. 1. Подлезание под шнур прямо и боком (2—3 раза). 2. Прыжки на правой и левой ноге (поочередно на каждой) между предметами (кубики, кегли) — 2—3 раза. 3. Ходьба между предметами на носках, руки за головой. **Занятие 36**** стр 47. **1 часть.** Ходьба в колонне по одному; ходьба между предметами, поставленными в один ряд (на одной стороне площадки), и	Участие в подвижных играх «Кто быстрее», «Мяч о стенку, «Ловишки-перебежки», «Пожарные на учении».	- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.

прыжками, с мячом и с бегом.		бег с преодолением препятствий (через бруски, высота 15 см); ходьба и бег в чередовании. **2 часть.** Игровые упражнения. «Кто быстрее». (2 раза) «Мяч о стенку Подвижная игра «Ловишки-перебежки». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности.		

Декабрь

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 1,2*,3**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств . **Задачи:** закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий .	**«Равновесие. Прыжки. Броски.»** Краткое содержание: - -.1. Равновесие — ходьба по наклонной доске 2. Прыжки — перепрыгивание на двух ногах через бруски (расстояние раза.	**Двигательная.** **Занятие 1** стр 48. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, Перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному, бег между предметами (мячами). **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с палкой. Основные виды движений. 1. Равновесие — ходьба по наклонной доске прямо, руки в стороны (2—3 раза).	Совместное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение основных движений: Равновесие — ходьба по наклонной доске Прыжки — перепрыгивание на двух ногах через бруски.	- Ребенок может самостоятельно выполнять заданные упражнения, движения; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.

Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность	3. перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу.	2. Прыжки — перепрыгивание на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см) — 2—3 раза. 3. перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах (способ — стоя на коленях) 10—15 раз. **Игровая**. Подвижная игра «Кто скорее до флажка». **3 часть.** «Сделай фигуру». **Занятие 2*** стр 49. Основные виды движений. 1. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом, руки на поясе (2—3 раза). 2. Прыжки — перепрыгивание через шнур, положенный вдоль зала, справа и слева от него, продвигаясь вперед на расстояние 4 м (2—3 раза). 3. Перебрасывание мяча (диаметр 20—25 см), стоя на коленях, двумя руками из-за головы (10 -12 раз). **Занятие 3**** стр 50. **1 часть.** Ходьба и бег между снежными постройками в умеренном темпе; ходьба и бег врассыпную. **2 часть.** Игровые упражнения. «Кто дальше бросит». «Не задень». **Игровая.**	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу. Участие в коллективной подвижной игре.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру; - положительно относится к себе и другим.

		Подвижная игра «Мороз-Красный нос». **3 часть.** Ходьба в колонне п		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий:4,5*,6**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. **Задачи:** формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за	**«Прыжки. Подбрасывание.»** Краткое содержание: Прыжки — подпрыгивание с ноги на ногу. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его . Ползание на четвереньках между кеглями.	**Двигательная.** **Занятие 4** стр 51. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному по кругу, сигнал к остановке, повороту в другую сторону, и ходьба продолжается; бег в обе стороны поочередно. Перестроение в колонны. **2 часть**. Общеразвивающие Основные виды движений. 1. Прыжки — подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед, на расстояние 5 м (2—3 раза). 2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши (10—12 раз). 3. Ползание на четвереньках между кеглями, не задевая за них (2—3 раза). **Игровая**.	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение указаний физкультурного руководителя. Индивидуальная отработка основных движений.	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру; - положительно относится к себе и другим.

руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча. Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; повторить игру «Мороз-Красный		Подвижная игра «Не оставайся на полу». **3 часть.** Игра малой подвижности «У кого мяч?». **Занятие 5*** стр 52. Основные виды движений. 1. Прыжки попеременно на правой и левой ноге (три прыжка на одной и три на другой) до обозначенного места (кубика, кегли) на расстояние 5 м (2—3 раза). 2. Ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч (2 раза). 3. Прокатывание набивного мяча (вес 1 кг) в прямом направлении (2 раза). **Занятие 6**** стр 52. **1 часть**.. Построение в колонну, ходьба и бег между снежными постройками; темп ходьбы и бега до 1,5 мин. **2 часть.** Игровые упражнения. «Метко в цель». «Кто быстрее до снеговика «Пройдем по мосточку». **Игровая.** Подвижная игра «Мороз-Красный нос «. **3 часть.** Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности «Найди предмет».		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 7,8*,9**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 5 **Цель:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. **Задачи:** познакомить с зимними видами спорта. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия.	**«Перебрасывание. Ползание. Равновесие.»** Краткое содержание: - беседа о зимних видах спорта; - детский зимний инвентарь; - спортивные упражнения: катание на санках, ходьба на лыжах; -безопасность;	**Коммуникативная.** Рассказ о зимних видах спорта. Загадки о зиме. Беседа и рассматривание зимнего детского инвентаря: санки, лыжи, коньки. **Двигательная.** **Занятие 7** стр 53. **1 часть**. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнение. Перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал остановиться и «сделать фигуру», затем снова ходьба; бег врассыпную. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах (двумя руками снизу) с расстояния 2,5 м. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки) — 2—3 раза. 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на поясе) — 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Охотники и зайцы» **3 часть..** Игра малой подвижности «Летает — не летает».	Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта. Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в беседе. Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом. Участие в подвижной игре.	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.

Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели		**Занятие 8***стр 54. Основные виды движений. 1. Перебрасывание мяча друг другу с расстояния 3 м (двумя руками снизу, с хлопком перед ловлей) — 10—12 раз. 2. Ползание с мешочком на спине на четвереньках, с опорой на ладони и колени (2—3 раза). 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове (2—3 раза). **Занятие 9**** стр 54. **1 часть** Отработка скользящего шага в сочетании с энергичной работой рук (дистанция до 50 м). **2 часть.** Игровые упражнения. «Метко в цель». «Смелые воробышки». **3 часть.** Ходьба между кеглями, поставленными на расстоянии 50 см.		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 10,11*,12**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры

Физическое развитие. **Цель:** создание условий для проведения промежуточного мониторинга по развитию двигательных качеств. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках.	**«Лазание. Равновесие. Прыжки.»**	**Двигательная.** **Занятие 10** стр 55. **1 часть.** Построение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу поворот в правую и левую сторону. Основное внимание обращается на Ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения с обручем. Основные виды движений. 1. Лазанье —- влезание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек (2 раза). 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка —2 раза. 3. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями (расстояние между кеглями 40 см) — 2—3 раза. 4. Бросание мяча о стену. **Игровая.** Подвижная игра «Хитрая лиса». 3 часть.. Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности. **Занятие 11*** стр 57. Основные виды движений. 1. Лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек (2—3 раза). 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с		- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.

Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с шайбой и клюшкой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.		мешочком на голове (2—3 раза). 3. Прыжки между кеглями на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (2—3 раза). **Занятие 12**** стр 57. **1 часть.** Ходьба в быстром темпе между ледяными постройками. **2 часть.** Игровые упражнения. Ходьба по лыжне до 80—100 м. Пройти по лыжне, обходя лыжные палки (6—8 шт.), поставленные на расстоянии 3 м «Забей шайбу». «По дорожке». **Игровая.** Подвижная игра»Мы веселые ребята» **3 часть.** Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе		

Январь

1 – неделя праздничные выходные дни (занятия №13-14*,15**; №16,17- переносятся на вторую неделю.).

2 неделя (три занятия, первое №13,14*, второе – 16-17*, третье на прогулке №15**-18**.)

Нумерация занятий:13,14*,15**: 16,17*.18**

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры

Задачи.			самостоятельная деятельность	
Физическое развитие. **Задачи:** Упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу.	«**Перебрасывание. Прыжки. Метание.»** **«Перебрасывание. Прыжки. Броски. Переползание.»** Краткое содержание: 1. Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди). 2. Пролезание в обруч боком. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	**Двигательная.** **Занятие 13** стр 59. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка Осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег между кубиками, расположены в шахматном порядке. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с кубиком. Основные виды движений. 1. Равновесие —ходьба и бег по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см) — 2—3 раза. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (расстояние 5 м) — 3—4 раза. 3. Метание — забрасывание мяча в корзину двумя руками (5—6 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Медведи и пчелы. **3 часть.** Игра малой подвижности «Найди и промолчи». **Занятие 14*** стр 60. Основные виды движений. 1. Ходьба и бег по наклонной доске, балансируя руками (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—6 шт.), положенные в шахматном порядке (расстояние между мячами 50 см) — 2—3 раза.	Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. Ходьба на лыжах подъем и спуск. Участие в подвижной игре	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

Задачи: Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой		3. Перебрасывание мяча (двумя руками от груди) в шеренгах друг другу (расстояние между Детьми 3 м) — 10—12 раз. **Занятие 15**** стр 61. **1 часть..** Построение в колонну по одному, ходьба и бег в среднем темпе между ледяными постройками. **2 часть..** Игровые упражнения. -Катание друг друга на санках. -Ходьба по лыжне, держа руки за спиной; ходьба между флажками; ходьба по лыжне до 80 м. По Сигналу дети меняются. **Игровая.** - «Сбей кеглю». -«Бросили!» **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки парами». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному. **Занятие 16** стр 61. **1 часть.** Построение в шеренгу. --Перестроение в колонну по одному; -Ходьба по кругу вправо, -бег по кругу, затем остановка, перехват шнура в другую руку и повторение ходьбы и бега в левую сторону. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с веревкой. Основные виды движений. 1. Прыжки в длину с места (расстояние 40 см) — 6—8 раз. 2. Проползание под дугами на		

Задачи: Закреплять у детей навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, спускаться с небольшого склона; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.		четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой. 3. Бросание мяча вверх. **Игровая.** Подвижная игра «Совушка».. **3 часть..** Игра малой подвижности «Летает - не летает». **Занятие 17*** стр 63. Основные виды движений. 1. Прыжки в длину с места (расстояние 50 ем) — 8—10 раз. 2. Переползание через препятствие и подлезание под дугу, не касаясь руками пола (2—3 раза). 3. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние между детьми 3 м). **Занятие 18****стр 63. **1 часть..** - Катание со склона на санках. -Подъем на склон ступающим шагом и спуск со склона в основной стойке. **2 часть.** Игровые упражнения. «Кто быстрее» 2—3 раза. «Пробеги — не задень». (2—3 раза). **3 часть.** Игра малой подвижности «Найдем зайца».		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий:19,20*,21**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Задачи:** Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	**«Перебрасывание. Подлезание. Ходьба».** Краткое содержание: 1. Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди). 2. Пролезание в обруч боком. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	**Двигательная.** **Занятие 19** стр 63. **1 часть.** Ходьба и бег в колонне между предметами ; бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. 1. Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди), стоя в шеренгах на расстоянии 3 м (8—10 раз). 2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке (3—4 раза). 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе (3—4 раза). **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на полу» (см. с. 31). **3 часть.** Игра малой подвижности. **Занятие 20*** стр 64. Основные виды движений. 1. Перебрасывание мяча (диаметр 1) друг другу и ловля его после отскока от пола (10—12 раз). 2. Пролезание в обруч правым и левым	Катание на санках с горки по одному и парами.	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

Задачи: Закреплять навык скользящего шага; продолжать обучение спуску с пологого склона и подъему лесенкой> повторять игровые упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность		боком, не касаясь руками пола (3—4 раза). 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны (3—4 раза). **Занятие21**** стр 65. **1 часть.** две подгруппы: одна катается с горки на санках парами, вторая обучается подъему на склон «лесенкой». С горки дети спускаются в основной стойке, ноги полусогнуты. Ходьба на лыжах на дистанцию до 50 м. **2 часть**. Игровые упражнения. «Кто дальше бросит». **Игровая.** Подвижная игра «Мороз-Красный нос». **3 часть.** Ходьба «змейкой» между постройками		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 22,23*,24**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для развития двигательной деятельности детей.	**«Подвижные игры».** Краткое содержание: - игры с бегом; - игры с прыжками; - игры - эстафеты.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения в подвижных играх. **Двигательная.** **Занятие22,23*** стр 65. **1 часть.** Ходьба и бег по кругу вправо и влево, держась за шнур, меняя направление движения, не останавливаясь.	Участие в беседе о правилах безопасного поведения в подвижных играх. Участие в подвижных играх с бегом:» Хитрая лиса.» В играх с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков», «Пустое место».	- ребенок гармонично физически развит; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; - способен

Задачи: Отрабатывать ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры. Закреплять у детей навык ходьбы на лыжах, спуска и подъема, Поворотов; повторить игровые упражнения на		Ходьба и бег чередуются. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения с обручем. Основные виды движений. 1. Влезание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке, спуск вниз (2 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой (2 раза). 3. Прыжки через шнуры (6—8 шт.) на двух ногах без паузы; расстояние между ними 50 см (2—3 раза). 4. Ведение мяча. Подвижная игра» Хитрая лиса.» **3 часть**. Эстафета с большим мячом «Мяч водящему». **Занятие24.**** стр 66. **1 часть.** Ходьба и упражнения на лыжах: ходьба по лыжне «змейкой», обходя 6—8 палок, стоящих на расстоянии 2 м друг от друга (огибание проводится поочередно справа и слева); спуск со склона в основной стойке; ходьба скользящим шагом на	В играх – эстафетах: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».	самостоятельно организовать и проводить подвижные игры; - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.

санках, с бегом и прыжками.		расстояние до 100 м. Вторая подгруппа в это время катается с пологой горки на санках парами. 2 часть. Игровые упражнения. «По местам». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному «змейкой> между кеглями (6—8 шт., расстояние между ними 50 см), поставленными в один ряд.		

Февраль

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 25,26*,27**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей. **Задачи:** развивать двигательную	**«Ходьба. Прыжки. Броски. »** Краткое содержание: - ходьба в колонне; - ходьба на носках; - ходьба на пятках; - бег.	**Коммуникативная.** Беседа о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни. **Двигательная.** **Занятие25.** стр 68. **1 часть.** Ходьба в колонне по одному. На сигнал ходьба врассыпную, построение в колонну по одному, бег до 1,5 мин в умеренном темпе с изменением направления движения; ходьба в колонне по одному. Перестроение в три колонны. **2 часть**. Общеразвивающие упражнения с обручем.	Участие в беседе о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни. Самостоятельное выполнение движений ходьбы в колонне с поворотами в углах, ходьбы на носках с прямым туловищем, ходьбы на пятках с прямым туловищем, обычного бега, бега с захлестыванием. Участие в подвижной игре.	- ребенок гармонично физически развит; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; - ребенок умеет выполнять основные движения; - знает правила безопасности во время выполнения физических упражнений;

активность детей в процессе совершенствования основных движений. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжат учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу		Основные виды движений. 1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 30 см), руки в стороны (2—3 раза). 2. Прыжки - перепрыгивание через бруски (6-8 шт. высотой до 10 см) без паузы (2-3 раза). 3. Забрасывание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы (5—6 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Охотники и зайцы». **3 часть.** Игра малой подвижности **Занятие26.*** стр 69. Основные виды движений. 1. Равновесие — бег по наклонной доске, спуск шагом (2—3 раза). 2. Прыжки через бруски правым и левым боком (3—4 раза). 3. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (6—8 раз). **Занятие27**.** стр 69. **1 часть.** Построение: одна подгруппа детей на санках, вторая на лыжах, Дети первой подгруппы катают друг друга поочередно на санках и съезжают с горки парами.. шаги на лыжах вправо и влево — упражнение «пружинка» (сгибание разгибание колен, как бы приседая); подъем на пологий склон «лесенкой» и спуск в основной стойке. Ходьба по лыжне до 100 м. **2 часть.** Игровые упражнения.		- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку.

и скольжении по ледяной дорожке.		«Точный пас».. «По дорожке». **Игровая.** Подвижная игра «Мороз-Красный нос». **3 часть.** Ходьба в среднем темпе между ледяными постройками. **Трудовая.** Уборка инвентаря.		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 28,29*,30**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей. **Задачи:** развивать двигательную активность детей. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и	**«Прыжки. Отбивание. Лазанье.»** Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения.	**Коммуникативная.** Беседа «Спортсмены на тренировке» **Двигательная.** **Занятие28.** стр 70. **1 часть.** Построение в шеренгу, объяснение задания. Перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал «Сделай фигуру!» **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с палкой. Основные виды движений 1. Прыжки в длину с места (расстояние 50 см) — 8—10 раз. 2. Отбивание мяча одной рукой,	Участие в беседе «Спортсмены на тренировке». Совместное выполнение двигательных упражнений: ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал «Сделай фигуру!». Индивидуальное выполнение дыхатель-ных упражнений. Участие в коллективной подвиж-ной игре «Не оставайся на полу.»	- Ребенок проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; - знает о правилах безопасности во время выполнения физических упражнений.

беге врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками		продвигаясь вперед шагом (расстояние 6 м) — 2—3 раза. 3. Лазанье – подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке (высота 40 см) 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на полу. **3 часть**. Ходьба в колонне по одному с заданиями для рук. **Занятие29*.** стр 71. Основные виды движений 1. Прыжки в длину с места (расстояние 60 см) — 8—10 раз. 2. Ползание на четвереньках между кеглями (2—3 раза). 3. Перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя руками (10—12 раз). **Занятие30**.** стр 71. **1 часть.** Построение в шеренгу, выполнение приставных шагов на лыжах вправо и влево; повороты вправо и влево; ходьба по лыжне скользящим шагом (дистанция до 150—200 м). **2 часть.** Игровые упражнения. «Кто дальше». «Кто быстрее». **3 часть.** Игра малой подвижности «Найдем следы зайца».		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 31,32*,33**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для развития двигательной деятельности детей. **Задачи:** совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее.	**«Метание. Подлезание. Ходьба.»** Краткое содержание: - ходьба; - перепрыгивание; - подбрасывание мяча.	**Двигательная.** **Занятие31.** стр 71. **1 часть.**Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами, скамейками. Перестроение в три колонны справа от скамеек. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения на скамейках. Основные виды движений. 1. Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой (от плеча) е расстояния 3 м (5 - 6 раз). 2. Подлезание под палку (шнур) высотой 40 см (2 - 3 раза). 3. Перешагивание через шнур (высота 40 см) — 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Мышеловка». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному. Эстафета с передачей мяча в колонне. **Занятие32.*** стр 72. Основные виды движений. 1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м (5—6 раз). 2. Ползание по гимнастической скамейке	Самостоятельное Совместное выполнение основных Совместное движений. Освоение движений на равновесие. Индивидуальное выполнение упражнений с мячом. Участие в подвижной игре «Сбей мяч».	- у ребенка сформировано ценностное отношение к занятиям физической культурой; - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения на равновесие; -у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - при выполнении движений ребенок проявляет необходимый контроль и самооценку.

Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель.		на четвереньках с мешочком на спине — «Проползи - не урони» (2—3 раза). 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние между ними 30 ем) - 2—3 раза. 4. Прыжки на двух ногах через шнуры. **Занятие33**.** стр 73 **1 часть.** Построение в колонну по одному, перестроение в круг. По сигналу медленно, а затем убыстряют движение и переходят на бег. Через 2—3 круга изменить направление движения. Ходьба и бег выполняются в другую сторону. **2 часть.** Игровые упражнения. «Точно в круг». «Кто дальше». **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки». **3 часть.** Ходьба за самым ловким и быстрым «ловишкой.»		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 34,35*,36**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие.	«**Лазанье. Прыжки. Отбивание.**	**Двигательная.** **Занятие34.**Стр 73.		

Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. **Задачи:** совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча.	**Равновесие».**	**1 часть**. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; переход на бег между предметами с изменением направления движения до 2 мин; ходьба врассыпную; построение в колонны. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Лазанье влезание на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек (2 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, приставляя пятку одной ноги к носку другой (2—-3 раза). 3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места (расстояние 6 м) — 2—3 раза. 4. Отбивания мяча в ходьбе на расстояние 8 м. о) **Игровая.** Подвижная игра «Гуси-лебеди». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному с поворотами по сигналу. **Занятие35*.** стр 74. Основные виды движении 1. Лазанье — влезание на гимнастическую стенку одноименным Способом и спуск вниз, не пропуская реек (2 раза).	Совместное выполнение основных движений. Освоение движений на равновесие. Индивидуальное выполнение упражнений с мячом. Участие в подвижной игре.	- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности; - ребенок владеет основными культурными способами общения; - обладает установкой положительного отношения к миру.

Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в прыжках и беге.		2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой (2—3 раза). 3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд. 4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой. **Занятие36.**** стр 75. **1 часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному: ходьба с выполнением заданий по сигналу . **2 часть.** Игровые упражнения. «Гонки санок». «Не попадись». «По мостику». Ходьба по снежному валу, свободно балансируя руками. **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки парами» **3 часть**. Ходьба в колонне по одному.		

Март

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 1,2*,3**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие.	**«Всегда в движении». «Прыжки. Мяч»**	**Двигательная.** **Занятие1.**Стр 76	Индивидуальное выполнение прыжков	- ребенок может самостоятельно

Цель: создание условий для развития двигательной деятельности детей. **Задачи:** развивать физические качества - ловкость, выносливость. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Краткое содержание: - прыжки в длину; - перебрасывание мяча; - прокатывание мяча.	**1 часть.** Ходьба в колонне по одному, на сигнал выполнить поворот в другую сторону; бег с поворотами в другую сторону; упражнения для рук во время ходьбы; бег врассыпную. Построение в три колонны. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с малым мячом. Основные виды движений. 1. Равновесие — ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе (2—3 раза). 2. Прыжки из обруча в обруч, положенные на расстоянии 40 см один от другого (6—8 обручей) — 2—3 раза. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посредине между шеренгами. Бросание одной рукой, а ловля двумя (10-12 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Пожарные на учении». **3 часть.** Эстафета с большим мячом «Мяч водящему». **Занятие2*** стр 77. Основные виды движений. 1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через набивные мячи (5—б шт.), положенные в один ряд (3—4 раза).	через 5 – 6 предметов. Освоение прыжков из обруча в обруч. Самостоятельное перебрасывание мяча. Освоение игровых упражнений. Участие в подвижной игре.	выполнять основные движения; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими. -осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом; - в двигательной деятельности с удовольствием общается со сверстниками.

Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая глазомер и ловкость.		3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля их двумя руками с хлопком в ладоши (10—12 раз). **Занятие3**.** Стр 78. **1 часть.** Построение в колонну по одному; непрерывный бег (до 2 мин) между ледяными постройками; переход на ходьбу. **2 часть.** Игровые упражнения. «Пас точно на клюшку». «Проведи — не задень». **Игровая.** Подвижная игра «Горелки.» **3 часть.** Ходьба в колонне по одному, построение в круг, игра «Летает — не летает».		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 4,5*,6**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для развития интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях.	**«Прыжки. Метание. Ползание.»** Краткое содержание: - бег между предметами; - бег на скорость; - прыжки.	**Двигательная.** **Занятие4.** Стр 79. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба и бег во кругу с изменением направления движения по сигналу; ходьба и бег врассыпную между кубиками (кеглями), не задевая их.	Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: Прыжок в высоту с разбега . Метание мешочков в цель правой и левой рукой (от плеча). Ползание на четвереньках	- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками и

Задачи: развивать активность в самостоятельной двигательной деятельности. Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями. Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом		**2 часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений 1. Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см) — 5—6 раз. 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой (от плеча) — 5—6 раз. 3. Ползание на четвереньках между кеглями (2—3 раза). **Игровая.** Подвижная игра «Медведи и пчелы». **3 часть**. Ходьба в колонне по одному. **Занятие5*.** Стр 80. Основные виды движений 1. Прыжок в Высоту с разбега (высота 30 см) — 5—6 раз. 2. Метание мешочков в цель с расстояния 3,5 м (5—6 раз). 3. Прыжки на двух ногах между кеглями (2—3 раза). **Занятие 6**.** Стр 80. **1 часть**. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, объяснение задания. Бег (до 2 мин). Бег и ходьба врассыпную перестроение в колонну по одному. **2 часть.** Игровые упражнения. «Поймай мяч». «Кто быстрее» **Игровая.** Подвижная игра «Карусель». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному.	между кеглями. Прыжки на двух ногах. Самостоятельное выполнение игровых упражнений. Участие в подвижной игре.	взрослыми в совместных играх.

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 7,8*,9**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках.	**«Лазанье. Равновесие. Прыжки.»** Краткое содержание: - ходьба; - бег; - общеразвивающие упражнения; - упражнения с обручем.	**Коммуникативная.** Беседа о пользе общеразвивающих упражнений в жизни человека. **Двигательная.** **Занятие 7.**Стр 81. **1 часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; на сигнал ходьба со сменой темпа движения: короткие, семенящие, широкие шаги; ходьба и бег врассыпную между предметами ; перестроение в колонну по одному, в колонну по четыре. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения с обручем Основные виды движений 1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «По-медвежьи» (2 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой (2—3 раза). 3. Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры, положенные на расстоянии 40 см один от другого (2—3	Участие в беседе. Освоение и закрепление разных видов ходьбы. Совместное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в подвижных играх. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет основные движения; - имеет опыт в разных видах двигательной деятельности; - способен к волевым усилиям в разных видах движений; - проявляет инициативу и самостоятельность в игровой деятельности.

Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.		раза). **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки». **3 часть.** Ходьба в колонне по одному. **Занятие 8*.** Стр 82. Основные виды движений. 1. Ползание по гимнастической скамейке «по-медвежьи» (2 раза). 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше 2—3 раза. 3. Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах 2—3 раза. **Занятие 9**.** Стр 83. **1 часть.** Ходьба в колонне по одному — 10 м, переход на бег — 20 м, и так повторить 4 раза. **2 часть.** Игровые упражнения. «Канатоходец». «Удочка». Эстафета с мячом — «Быстро-передай» **3 часть.**—Игра малой подвижности »Угадай по голосу». **Трудовая.** Уборка инвентаря.		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий: 10,11*,12**.

Образовательная	Тема	Виды и формы совместной	Индивидуальные эталоны	Целевые ориентиры

область. Цель. Задачи.		образовательной деятельности	усвоения и самостоятельная деятельность	
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для развития двигательной деятельности детей. **Задача:** Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии.	**« Метание. Лазанье. Равновесие.»**	**Двигательная.** **Занятие 10.** Стр 83. **1 часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем перестроение в пары в ходьбе; Ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения Основные виды движений 1. Метание мешочков горизонтальную цель с расстояния 3 м одной рукой снизу (5—б раз). 2. Подлезание под шнур боком справа и слева (б раз). 3. Ходьба на носках между набивными мячами 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на полу». **III часть**. Игра малой подвижности «Угадай по голосу». **Занятие 11*.** Стр 84. Основные виды движений. 1. Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3 м правой и левой рукой способом от плеча (б раз). 2. Подлезание под дугу (подряд 4—5 шт.), не касаясь руками пола (2—3 раза). 3. Ходьба с перешагиванием через	Освоение и закрепление разных видов ходьбы. Совместное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в подвижных играх. Уборка инвентаря	-ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.

Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом		набивные мячи, руки за головой (2—3 раза). **Занятие 12**.** Стр 85. **1 часть.** Построение в шеренгу, перестроение в две шеренги по сигналу дети первой шеренги бегут в быстром темпе до обозначенной линии (расстояние 20 м), обратно возвращаются шагом. Упражнение в беге на скорость повторяется 2—3 раза. **II часть.** Игровые упражнения «Прокати и сбей». Упражнение повторяется 2—3 раза. «Пробеги - не задень». Упражнение повторяется 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра Удочка **III часть.** Эстафета с мячом.		

Апрель

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 13,14*,15**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий	**«Прыжки. Равновесие. Броски**.» Краткое содержание: - прокатывание мяча; - бросание мяча;	**Коммуникативная.** Беседа о правилах бросания, ловли и метания мяча. **Двигательная.** **Занятие 13.** Стр 86.	Участие в беседе. Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений,	- ребенок умеет поддержать беседу; - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание

для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствова-нии. **Задачи:** освоить основные движения: бросание, ловля, метание. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель.	- отбивание мяча; - ловля мяча; - метание мяча.	**1 часть.** Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную (в чередовании); ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой (шнуры положены на расстоянии 30—40 см один от другого). **II часть.** Общеразвивающие упражнения с г. п. Основные виды движений. 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине (2—3 раза). 2. Прыжки из обруча в обруч (6—8 шт.) на правой и левой ноге (2—3 раза). 3. Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой (5—6 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Медведь и пчелы». **III часть.** Ходьба в колонне по одному . **Занятие 14*.** Стр 87. Основные виды движений. 1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах правым боком (3 прыжка), затем поворот в прыжке на 180° и продолжение прыжков левым боком. Повторить 2 раза. 3. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола	бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами. Закрепление навыков метания в горизонтальную и вертикальную цель, вдаль.	мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля мяча, метание мяча; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности.

Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.		двумя руками (8—10 раз). **Занятие 15**.** Стр 87. **1 часть.** Построение в колонну. Ходьба и бег в колонне по одному в чередовании: 10 м—ходьба и 20 м—бег (2 раза). **II часть.** Игровые Упражнения. «Ловишки-перебежки». «Стой». «Передача мяча в колонне». **III часть**. Ходьба в колонне по одному		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 16,17*,18**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге	**«Будь ловким».** Краткое содержание: - беседа; - ползание; - лазание.	**Коммуникативная.** Беседа о безопасности ползания и лазания. **Двигательная.** **Занятие 16.** Стр 88. **1 часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег между предметами (в чередовании). II часть. Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой. Основные виды движений. 1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, до 5—6	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих в себя ползание и лазание. Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».	- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них, освоить основные движения: ползание, лазание. . Упражнять детей в прерывном беге, прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.		подпрыгиваний подряд (3—4 раза). 2. Прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах (4—5 раз). 3. Пролезание в обруч (4—5 раз). **Игровая.** Подвижная игра Ловишки-перебежки. III часть. Ходьба в колонне по одному. **Занятие 17*.** Стр 89. Основные виды движений. 1. Прыжки через короткую скакалку на месте и с продвижением вперед на расстояние 6—8 м (3—4 раза). 2. Прокатывание обручей друг другу с расстояния 4 м (8—10 раз). 3. Пролезание в обруч (6 раз). **Занятие 18**.** Стр 89. I часть. Построение в шеренгу, перестроение в колонну; бег в среднем темпе за воспитателем до 2 мин между предметами. II часть. Игровые упражнения. «Пройди — не задень>. «Догони обруч». «Перебрось и поймай». Эстафета с прыжками «Кто быстрее до флажка». **III часть**. Игра малой подвижности «Кто ушел».		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 19,20*,21**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения социального опыта **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии. формирование основ безопасного поведения в природе.	«Метание. Ползание. Равновесие.» Краткое содержание: - беседа; - общеразвивающие упражнения; - подвижная игра.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения в природе. **Двигательная.** **Занятие 19.** Стр 90. **1 часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу; ходьба с перешагиванием через кубики, бег с перепрыгиванием через кубики. **II часть.** Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. 1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м одной рукой (правой и левой) способом от плеча (5—6 раз). 2. Ползание по полу с последующим переползанием через скамейку (2—3 раза). 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову (2 - 3 раза). **Игровая.** Подвижная игра «Удочка» **3 часть.** Ходьба в колонне по одному между предметами . **Занятие 20*.** Стр 91. Основные виды движений.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений. Участие в подвижной игре. Приобретение социального опыта	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - участвует в совместных играх; - соблюдает правила и социальные нормы ребенок гармонично физически развит; - проявляет стойкий интерес к двигательным упражнениям - уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения.

Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом.		1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 4 м (правой и левой рукой) — 6 раз. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой (2—3 раза). 3. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой (2—3 раза). **Занятие21**.** Стр 91. **1 часть.** Построение в шеренгу, объяснение задания, перестроение в две (три) шеренги. Воспитатель дает указание: перебежки. Расстояние для перебежки составляет 20 м, ходьба в колонне. **2 часть.** Игровые упражнения. «Кто быстрее». «Мяч в кругу». **Игровая.** Подвижная игра «Карусель». III часть. Ходьба в колонне по одному.		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 22,23*,24**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:**	**« Прыжки. Равновесие. Лазание.»**	**Коммуникативная.** Беседа о значении развития выносливости в жизни человека.	Участие в беседе о значении развития выносливости в жизни	- ребенок может поддержать беседу; - освоил программные

Создание условий для развития физических качеств. **Задачи:** освоить программные упражнения для развития выносливости. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	Краткое содержание: - беседа; - бег; - подвижные игры.	**Двигательная.** **Занятие22.** Стр 91. **I часть.** Ходьба в колонне по одному: бег до 1 мин в среднем темпе; ходьба и бег между предметами (в чередовании). **II часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек (2—3 раза). 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8—10 м) — 3—4 раза. 3. Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе —2-3 раза. Подвижная игра «Карусель». **3 часть.** Игра малой подвижности «Угадай по голосу». **Занятие23*.** Стр 93. Основные виды движений. 1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом, ходьба по рейке гимнастической стенки приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (расстояние 3 м) — 3—4 раза. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе, носки оттянуты (2—3 раза).	человека. Самостоятельное выполнение программных упражнений для развития выносливости. Участие в подвижных играх.	упражнения для развития выносливости; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

Продолжать учить детей бегу на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжкам в равновесии.		**Занятие24**.** Стр 93. **1 часть.** Построение в колонну по одному, ходьба и бег между предметами; перестроение в две-три шеренги; пробегание отрезков (длина 20 м) на скорость до обозначенного места (повторит 2—3 раза). **2 часть.** Игровые упражнения. «Сбей кеглю». (2—3 раза). «Пробеги — не задень». 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «С кочки на кочку.>**3 часть.** Ходьба в колонне по одному, бег «змейкой».		

Май

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 25,26*,27**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 1. **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.	**«Быстрые движения». «Прыжки. Броски»** Краткое содержание: - упражнения на развитие быстроты реакции; - темп движения; - игры на развитие быстроты.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. **Двигательная.** **Занятие25.** Стр 94. **1 часть.** Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег парами с поворотом в другую сторону. **2 часть.** Общеразвивающие упражнения.	Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение упражнений на развитие быстроты реакции. Участие в играх на развитие быстроты.	- У ребенка сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности; - ребенок может поддержать беседу;

Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену.		Основные виды движений. 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, положенные на расстоянии двух шагов ребенка, руки на поясе (2-3 раза). 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (расстояние 4 м) до флажка (2—3 раза). 3. Бросание мяча (диаметр 8-—10 см) о стену с расстояния 3 м одной рукой, а ловля двумя руками (8—10 раз). **Игровая.** Подвижная игра Мышеловка. **3 часть.** Игра «Что изменилось?». **Занятие26*.** Стр 95. Основные виды движений. 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи, руки за головой (2-—3 раза). 2. Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние 5 м (2—3 раза). 3. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах, и ловля его двумя руками после отскока от пола (8—10 раз). **Занятие27**.** Стр 96. **I часть**. Построение в колонну по одному, ходьба, высоко поднимая колени, бег в среднем темпе до 1,5 мин между предметами (в чередовании с ходьбой).		- самостоятельно выполняет упражнения для развития быстроты реакции; - проявляет самоконтроль и самооценку.

		II часть. Игровые упражнения. «Проведи мяч». «Пас друг другу». «Отбей волан». **Игровая.** Подвижная игра» Гуси-Лебеди.» **III часть**. Ходьба в колонне по одному.		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 28,29*,30**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. Занятие 3. **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании	**Перебрасывание. Прыжки.»** Краткое содержание: - беседа; - упражнения с мячами -прыжки	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. **Двигательная.** **Занятие28.** Стр 96. **I часть.** Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры); ходьба и бег врассыпную. **II часть.** Общеразвивающие упражнения с флажками. Основные виды движений. 1. Прыжки в длину с разбега (5—6 раз). 2. Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди (8—10 раз).	Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение упражнений для развития силы.	- ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие силы; - проявляет стойкий интерес к упражнениям; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие скоростно - силовых качеств; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом

мяча друг другу и лазанье. упражнять в непрерывном беге между предметами до 2 мин; упражнять в прокатывании плоских обручей; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.		3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьи» (расстояние 5 м) — 2 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на полу» **III часть.** Игра малой подвижности «Найди и промолчи». **Занятие29*.** Стр 97. Основные виды движений 1. Прыжки в длину с разбега (5—6 раз). 2. Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 2 м (5—6 раз). 3. Подлезание под дугу (обруч) -— 5—6 раз. **Занятие30**.** Стр 97. **I часть.** Построение в колонну; бег в умеренном темпе за воспитателем между предметами до 2 мин (в чередовании с ходьбой). ***II часть***. Игровые упражнения. «Прокати — не урони». Кто быстрее». «Заброс в кольцо». **Игровая.** Подвижная игра «Совушка». **III часть**. Ходьба в колонне по одному		совершенствовании.

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 31,32*,33**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. **Задачи:** . Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	**Плавание. «Пловцы».** Краткое содержание: 1. Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя . 2. Лазанье - пролезание в обруч правым (левым) боком). 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. **Двигательная.** **Занятие31.** Стр 98. **I часть**. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба и бег в колонне по одному между предметами; ходьба и бег врассыпную. **II часть**. Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. 1. Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя (8---10 раз). 2. Лазанье - пролезание в обруч правым (левым) боком (5—б раз). 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. **Игровая.** Подвижная игра «Пожарные на учении **3 часть.** Ходьба в колонне по одному. **Занятие32*.** Стр 99. Основные виды движений 1. Бросание мяча о пол и ловля его одной рукой, бросание мяча вверх и ловля его одной рукой (8—10 раз).	. . Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений. Участие в подвижной игре. Приобретение социального опыта	- ребенок может поддержать беседу; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности. - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие ловкости при игре с мячом; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

		2. Пролезание в обруч правым (левым) боком 3—4 раза подряд, Одни дети держат обруч, другие выполняют подлезание, затем они меняются местами. 3. Ходьба по скамейке, ударяя мячом о пол и ловя его двумя руками. **Занятие33**.** Стр 99. **1 часть**. Построение в колонну; ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через бруски (высота 10 см); перестроение в две шеренги; ходьба и бег на скорость (дистанция 20 м). Дети распределяются на две подгруппы. **2 часть.** Игровые упражнения Подвижная игра «Мышеловка». **Игровая.** **3 часть.** Игра малой подвижности или эстафета с мячом		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий34,35*,36**. Итоговый мониторинг

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями.	**«Малая летняя олимпиада».** Содержание 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе. 3. Прыжки на двух ногах между кеглями .	**Двигательная.** **Занятие34.** Стр 100. **I часть.** Построение в колонну по одному; ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя; игровое упражнение «Быстро в колонны». **II часть**. Общеразвивающие упражнения с обручем. Основные виды движений 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки) 2—3 раза. 2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе (2—3 раза). 3. Прыжки на двух ногах между кеглями (2—3 раза). **Игровая.** Подвижная игра «Караси и щука **3 часть.** Ходьба в колонне по одному за самым ловким игроком - Щукой. **Занятие35*.** Стр 101. Основные виды движений. 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (2 раза).	Самостоятельное выполнение двигательных упражнений. Участие в подвижной игре. Приобретение социального опыта	-ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.

Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; повторить подвижную игру «Не оставайся на земле», игровые упражнения с мячом.		2. Ходьба с перешагиванием через мячи боком, поднимая высоко колени (2—3 раза). 3. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями (2—3 раза). **Занятие36**.** Стр 101. **I часть.** Ходьба в колонне по одному, на сигнал замедлять или ускорять темп движения; ходьба с остановкой на сигнал: «Сделай фигуру!» **II часть.** Игровые упражнения. «Мяч водящему». «Кто быстрее». **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на земле». **III часть.** Ходьба в колонне по одному		

Июнь

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 1,2*,3**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для осознанной потребности в	**«Прыжки. Равновесие. Метание.»** Краткое содержание: - прокатывание мяча; - бросание мяча; - отбивание мяча; - ловля мяча;	**Коммуникативная.** Беседа о правилах бросания, ловли и метания мяча. **Занятие1.** Стр 102. **Двигательная.** **1 часть**. Построение в шеренгу, объяснение задания; перестроение в	Участие в беседе. Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений, бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя	- ребенок умеет поддержать беседу; - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля

двигательной активности и физическом совершенствова-нии. **Задачи:** Упражнять детей в непрерывном беге до 2 мин, ходьбе с перешагиванием через скакалки, высоко поднимая колени; упражнять в ходьбе на повышенной опоре, сохраняя равновесие; в прыжках через короткую скакалку и метании мешочков в цель. Упражнять в беге между предметами; разучить игру «Бездомный	- метание мяча.	колонну по одному; ходьба в колонне, перешагивая через скакалки, положенные на расстоянии 40 см одна от другой.). **2 часть**. Общеразвивающие упражнения с кеглями. Основные виды движений. 1. Ходьба по бревну, руки свободно балансируют (2—3 раза). 2. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед на расстояние 8—10 м(2—3 раза). 3. Метание мешочков в корзину (обруч) с расстояния 3 м (5—6 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Пятнашки». **3 часть.** Игра малой подвижности «Затейники». **Занятие2*.** Стр104. Основные виды движений. 1. Ходьба по бревну, руки на поясе (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен (расстояние 5 м) — 2—3 раза. 3. Прокатывание набивных мячей в прямом направлении (3—4 раза). **Занятие3**.** Стр104. **I часть.** Ходьба в колонне по одному между предметами; игровое упражнение «По местам»: дети выстраиваются в три колонны, каждая у кубика определенного	руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами. Закрепление навыков метания в горизонтальную и вертикальную цель, вдаль.	мяча, метание мяча; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности.

заяц»; повторить игровые упражнения с мячом.		цвета. На первый сигнал все дети разбегаются по площадке, не мешая друг другу. На второй сигнал «По местам!» — каждый должен занять свое место в колонне. **II часть.** Игровые упражнения. «Гонка мячей в шеренге». **Игровая.** Подвижная игра «Бездомный заяц». **III часть.** Игра малой подвижности «Летает, не летает».		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 4,5*,6**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. **Задачи:**	**«Прыжки. Метание. Лазание.»** Краткое содержание: - беседа; - ползание; - лазание.	**Коммуникативная.** Беседа о безопасности ползания и лазания. **Двигательная.** **Занятие 4.** Стр104. **I часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба на носках, пятках в чередовании с обычной ходьбой; бег на скорость (на 20 м), затем переход на бег без ускорения, и так несколько раз. **II часть.** Общеразвивающие упражнения с мячом. Основные виды движений. 1. Прыжок в высоту с разбега, способом согнув ноги (5—6 раз).	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих в себя ползание и лазание. Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».	- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

Упражнять детей в беге на скорость; повторить прыжки в высоту с разбега; отрабатывать навыки метания мешочков вдаль; упражнять в подлезании под шнур. Повторить игру «По местам», развивая ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу воспитателя; упражнять в ходьбе по бревну; повторить игровые упражнения с мячом.		2. Метание мячей (мешочков) на дальность (5—б раз). 3. Подлезание под шнур в группировке. **Игровая.** Подвижная игра Мы веселые ребята **III часть.** Ходьба в колонне по одному, с хлопками в ладоши на счет 1—4, на счет 5—8 — обычная ходьба. **Занятие 5*.** Стр105. Основные виды движений. 1. Прыжок в высоту с разбега способом согнув ноги (5—б раз). 2. Прокатывание набивных мячей в прямом направлении (до предмета), развивая ловкость и силовые качества (3—4 раза). 3. Подлезание под 3—4 дуги (2—3 раза). **Занятие 6**.** Стр106. **1 часть.** Построение в три колонны. **2 часть**. Игровые упражнения. «Быстро передай». «Отбей волан». «Пас ногой».. **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на земле». **3 часть.** Игра малой подвижности.		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 7,8*,9**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения социального опыта **Задачи:** Упражнять детей в беге в колонне по одному с перестроением в пары и обратно в колонну по одному; повторить бег на скорость шеренгами; закреплять умение влезать на гимнастическую стенку произвольным способом; упражнять в перебрасывании мяча и равновесии	«Метание. Ползание. Равновесие.» Краткое содержание: - беседа; - общеразвивающие упражнения; - подвижная игра.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения в природе. **Двигательная.** **Занятие 7.** Стр106. **I часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну; ходьба в колонне по одному, на сигнал перестроение в колонну по два в движении. **II часть.** Общеразвивающие упражнения с рейкой или планкой (по 4—6 человек). (10—12 раз). Основные виды движений. 1. Перебрасывание мячей друг другу одной рукой из-за головы и ловля их двумя руками (8—10 раз). 2. Ходьба на носках между шнурами (ширина 15 см), руки за головой (2—3 раза). 3. Лазанье по гимнастической стенке изученными способами (каждый ребенок выбирает удобный для себя способ лазанья) — 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Удочка» **III часть**. Игра малой подвижности «Кто ушел?». **Занятие 7.** Стр106. Основные виды движений.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений. Участие в подвижной игре. Приобретение социального опыта	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - участвует в совместных играх; - соблюдает правила и социальные нормы ребенок гармонично физически развит; - проявляет стойкий интерес к двигательным упражнениям - уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения.

Упражнять детей в медленном непрерывном беге; повторить игровые упражнения с прыжками, мячом.		1. Прокатывание набивных мячей друг другу двумя руками снизу (рис. 25) сильным отталкиванием вперед в руки партнеру (расстояние между детьми 4 м) — 5—6 раз. 2. Ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе (2—3 раза). 3. Лазанье по гимнастической стенке, ходьба по четвертой рейке и спуск вниз (2—3 раза). **Занятие 7.** Стр106. Программное содержание. Упражнять детей в медленном непрерывном беге; повторить игровые упражнения с прыжками, мячом.		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 10,11*,12**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** Создание условий для развития физических качеств.	**« Прыжки. Равновесие. Лазание.»** Краткое содержание: - беседа; - бег; - подвижные игры.	**Коммуникативная.** Беседа о значении развития выносливости в жизни человека. **Двигательная.** **Занятие10.** Стр 108. **I часть.** Ходьба в колонне по одному: бег до 1 мин в среднем темпе; ходьба и бег между предметами (в чередовании).	Участие в беседе о значении развития выносливости в жизни человека. Самостоятельное выполнение программных упражнений для развития выносливости.	- ребенок может поддержать беседу; - освоил программные упражнения для развития выносливости; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

Задачи: Освоить программные упражнения для развития выносливости. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках. Продолжать учить детей бегу на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжкам в		**II часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек (2—3 раза). 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед (расстояние 8—10 м) — 3—4 раза. 3. Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе —2-3 раза. Подвижная игра «Карусель». **3 часть.** Игра малой подвижности «Угадай по голосу». **Занятие11*.** Стр 109. Основные виды движений. 1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом, ходьба по рейке гимнастической стенки приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек (2—3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (расстояние 3 м) — 3—4 раза. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе, носки оттянуты (2—3 раза). **Занятие12**.** Стр 93. **1 часть.** Построение в колонну по одному, ходьба и бег между предметами; перестроение в две-три шеренги; пробегание отрезков (длина 20 м) на скорость до обозначенного	Участие в подвижных играх.	

равновесии.		места (повторит 2—3 раза). **2 часть.** Игровые упражнения. «Кто скорее по дорожке». (2—3 раза). «Перебрось- Поймай». 2—3 раза. **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на земле.> **3 часть.** Игра малой подвижности.		

Июль

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 13,14*,15**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствова-нии. **Задачи:** Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления	**«Прыжки. Равновесие. Перебрасывание мяча.»** Краткое содержание: - прокатывание мяча; - бросание мяча; - отбивание мяча; - ловля мяча; - метание мяча.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах бросания, ловли и метания мяча. **Занятие13.** Стр 110. **Двигательная.** **I часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег по кругу, по сигналу изменить направление движения и продолжить ходьбу и бег; ходьба и бег врассыпную. **II часть**. Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Ходьба по наклонному бревну, руки свободно балансируют (2–3 раза). 2. Прыжки в высоту с разбега (5–6 раз). 3. Перебрасывание мячей друг другу (10–12 раз).	Участие в беседе. Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений, бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами. Закрепление навыков метания в горизонтальную и вертикальную цель,	- ребенок умеет поддержать беседу; - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля мяча, метание мяча; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности.

движения; разучить ходьбу и бег по наклонному бревну; повторить перебрасывание мячей и прыжки в высоту с разбега. **Задачи.** Разучить «челночный бег»; повторить игровые упражнения с прыжками, эста-фету с мячом.		**Игровая.** Подвижная игра «Пожарные на учении». **III часть.** Игра малой подвижности «Угадай по голосу». **Занятие 14*** Стр 110. Основные виды движений. 1. Прыжки в высоту с разбега (5–6 раз). 2. Переброска мячей в шеренгах, расстояние 3 м (10–12 раз). 3. Ходьба по бревну боком приставным шагом (2 раза). **Занятие 15**** Стр 111. **I часть.** Построение в шеренгу, объяснение задания. **II часть.** Игровые упражнения. 1. «Проведи мяч». В ряд ставят кубики (6–8 шт.), расстояние между кубиками 1 м. «Перебрось – поймай». .**Игровая.** Подвижная игра «Совушка». **III часть.** Эстафета с мячом «Мяч водящему».	вдаль.	

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 16,17*,18**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий	**«Прыжки. Броски. Лазание.»** Краткое содержание: - беседа;	**Коммуникативная.** Беседа о безопасности ползания и лазания. **Двигательная.** **Занятие 16.** Стр113.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих	- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной

для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовани и. **Задачи:** Повторить ходьбу и бег между предметами; закреплять умение прыгать в длину с разбега; повторить упражнения с мячом. **Задачи.** Повторить «челночный» бег; игровые упражнения с бегом, с прыжками, эста- фету с мячом.	- ползание; - лазание.	**I часть.** Построение в шеренгу, объяснение задания, перестроение в колонну по одному. По команде ходьба на носках; бег между кубиками врассыпную. Ходьба и бег в чередовании. **II часть.** Общеразвивающие упражнения с кубиками. Основные виды движений. 1. Прыжок в длину с разбега (5–6 раз). 2. Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками после хлопка в ладоши (10–12 раз). 3. Пролезание в обруч (под дугу) боком в группировке (5–6 раз). Подвижная игра «Караси и щука». III часть. Эстафета с мячом. Занятие 17* Основные виды движений. 1. Прыжки в длину с разбега (5–6 раз). 2. Бросание мяча вверх и о землю, ловля его одной и двумя руками (8—10 раз). 3. Лазанье под шнур прямо и боком. **Занятие 18**** **I часть.** Построение в шеренгу, объяснение задания, перестроение в колонну по одному. Игровое упражнение «Кто быстрее» – в «челночном» беге. Ходьба и бег колонной по одному, ходьба и бег врассыпную. **II часть.** Игровые упражнения. «Не попадись». «Передал – садись». **Игровая.**	в себя ползание и лазание. Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».	деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

		Подвижная игра «Ловишки». **III часть.** Ходьба в колонне по одному.		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 19,20*,21**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения социального опыта **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в метании в горизонтальную цель; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	**«Равновесие. Метание Прыжки.»** «Метание. Краткое содержание: - беседа; - общеразвивающие упражнения; - подвижная игра.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения в природе. **Двигательная.** **Занятие 19.** Стр114. **1часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; по сигналу ходьба с выполнением заданий: на слово – «Зайцы!» – три прыжка на двух ногах (как зайки), бег врассыпную, ходьба врассыпную, на слово: «Аист!» – встать на одной ноге, подогнув колено другой, руки на пояс. **II часть.** Общеразвивающие упражнения с обручем. Основные виды движений. 1. Метание мешочков в корзину правой и левой рукой снизу (5–6 раз). 2. Равновесие – ходьба по наклонному бревну (2–3 раза). 3. Прыжки между набивными мячами. **Игровая.** Подвижная игра «Мышеловка». **III часть.**	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений. Участие в подвижной игре. Приобретение социального опыта	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - участвует в совместных играх; - соблюдает правила и социальные нормы ребенок гармонично физически развит; - проявляет стойкий интерес к двигательным упражнениям - уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения.

Задачи. Упражнять в непрерывном беге, развивая выносливость; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.		Ходьба в колонне по одному. **Занятие 20*** Стр115. Основные виды движений. 1. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой (обозначается ориентир), 5–6 раз. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками (кеглями), 2–3 раза. 3. Ходьба по горизонтальному бревну, 2–3 раза. **Занятие 21**** Стр116. **I часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, бег в колонне по одному продолжительностью до 1,5 минуты; ходьба врассыпную. **II часть.** Игровые упражнения. «Кто быстрее до обруча». «Передал– садись» – эстафета с мячом. **Игровая.** Подвижная игра «Совушка». **III часть**. Игра малой подвижности		

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 22,23*,24**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** Создание условий для развития	**« Прыжки. Равновесие. Лазание.»** Краткое содержание: - беседа;	**Коммуникативная.** Беседа о значении развития выносливости в жизни человека. **Занятие22.** Стр 116 **Двигательная.**	Участие в беседе о значении развития выносливости в жизни человека. Самостоятельное выполнение программных	- ребенок может поддержать беседу; - освоил программные упражнения для развития выносливости; - активно взаимодействует

физических качеств. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить лазанье по гимнастической стенке; упражнять в равновесии и прыжках. **Задачи.** Повторить бег на скорость; упражнять в перебрасывании мяча и прыжках через короткую скакалку.	- бег; - подвижные игры.	**I часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с выполне- нием заданий для рук по сигналу; ходьба и бег между предметами. **II часть.** Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Основные виды движений. 1. Лазанье на гимнастическую стенку, переход на другой пролет и спуск вниз, не про- пуская реек (2 раза). 2. Равновесие – ходьба по бревну, свободно балансируя руками (2–3 раза). 3. Прыжки через короткую скакалку. **Игровая.** Подвижная игра «Ловишки – перебежки». **III часть.** Ходьба в колонне по одному за самым ловким ловишкой. **Занятие 23*** Основные виды движений. 1. Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом, в индивидуальном темпе (2–3 раза). 2. Равновесие – ходьба по горизонтальному бревну (2 раза). 3. Прыжки через короткую скакалку с промежуточным прыжком. **Занятие 24**** **I часть**. Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному, бег на скорость (шеренгами) с одной стороны площадки на другую (дистанция 20 м) (2 раза).	упражнений для развития выносливости. Участие в подвижных играх.	со сверстниками в совместных играх.

		II часть. Игровые упражнения. «Перебрось – поймай». (2–3 раза). «Кто быстрее». **Игровая.** Подвижная игра «Бездомный заяц». III часть. Эстафета с мячом большого диаметра.		

Август

1 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 1,2*,3**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствова-нии. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в	**«Прыжки. Равновесие. Метание.»** Краткое содержание: - прокатывание мяча; - бросание мяча; - отбивание мяча; - ловля мяча; - метание мяча.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах бросания, ловли и метания мяча. **Занятие25.** Стр 118. **Двигательная.** **I часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, ходьба между предметами, бег между предметами. **II часть.** Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений. 1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс (2–3 раза). 2. Прыжки через бруски на двух ногах (2–3	Участие в беседе. Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений, бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами.	- ребенок умеет поддержать беседу; - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля мяча, метание мяча; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности.

сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке; повторить прыжки через бруски. **Задачи.** Упражнять детей в беге с перешагиванием через бруски; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.		раза). 3. Отбивание мяча одной рукой в ходьбе. **Игровая.** Подвижная игра «Хитрая лиса». **ITI часть.** Игра малой подвижности. **Занятие 26*.** Стр 118. Основные виды движений. 1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, руки за головой (2–3 раза). 2. Прыжки через бруски на двух ногах правым и левым боком (1–3 раза). 3. Переброска мячей (большой диаметр) друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками из-за головы, дистанция между детьми 3 м. **Занятие 27**.** Стр 119. **I часть.** Построение в колонну по одному, ходьба в чередовании с бегом, перешагивая через бруски; ходьба и бег врассыпную. **II часть.** Игровые упражнения. «Посадка картофеля» – эстафета. «Не задень». **Игровая.** Подвижная игра «Мышеловка». **III часть.** Игра малой подвижности «Затейники».		

2 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 28,29*,30**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры

Физическое развитие. **Цель:** создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. **Задачи:** Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; повторить метание мешочков вдаль; упражнять в ползании по гимнастической скамейке. **Задачи**.	**«Прыжки. Метание. Лазание.»** Краткое содержание: - беседа; - ползание; - лазание.	**Коммуникативная.** Беседа о безопасности ползания и лазания. **Занятие 28.** Стр119. **Двигательная.** **I часть**. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба и бег по кругу с изменением направления движения; ходьба и бег врассыпную. **II часть.** Общеразвивающие упражнение с мячом. Основные виды движений. 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях – «по-медвежьи». 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове (2–3 раза). 3. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой (10–12 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Гуси-лебеди». **III часть.** Эстафета с мячом. **Занятие 29*** Стр120. Основные виды движений. 1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине (2 раза). 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (2–3 раза). 3. Броски мешочков в обруч одной рукой снизу. **Занятие 30**** Стр120. **I часть.**	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих в себя ползание и лазание. Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».	- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке; прыжках с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с бегом.		Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, по гимнастической скамейке в быстром темпе, свободно балансируя руками; бег с перепрыгиванием через бруски. **II часть**. Игровые упражнения. «Перепрыгни – не задень». «Ловишки». **Игровая.** Подвижная игра «Не оставайся на земле». **III часть**. Игра малой подвижности.		

3 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 31,32*,33**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
Физическое развитие. **Цель:** создание условий для приобретения социального опыта **Задачи:** Упражнять в ходьбе с изменением направления движений; упражнять в прыж-ках в длину с разбега, развивать ловкость и	**«Прыжки. Броски. Ползание»** Краткое содержание: - беседа; общеразвивающие упражнения; - подвижная игра.	**Коммуникативная.** Беседа о правилах безопасного поведения. **Двигательная.** **Занятие 31.** Стр121. **Двигательная.** **I часть.** Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с изменением направления движения по сигналу, ходьба и бег врассыпную. **II часть**. Общеразвивающие упражнения с обручем. Основные виды движений. 1. Прыжки в длину с разбега (5–6 раз). 2. Броски мяча в корзину двумя руками от груди	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений. Участие в подвижной игре. Приобретение социального опыта	- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - участвует в совместных играх; - соблюдает правила и социальные нормы ребенок гармонично физически развит; - проявляет стойкий интерес к

глазомер при бросках мяча в корзину; повторить ползание по скамейке. Задачи. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в непрерывном беге продолжительностью до 1,5 минуты; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом		(4–5 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. **Игровая.** Подвижная игра «Карусель». **III часть.** Игра малой подвижности. **Занятие 32*** Стр121. Основные виды движений. 1. Прыжки в длину с места (5–6 раз). 2. Броски мяча в корзину (обруч) с расстояния 2 м (5–6 раз). 3. Лазанье под шнур прямо и боком в группировке (5–6 раз). **Занятие 33**** Стр122. **I часть.** Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами, бег в среднем темпе продолжительностью до 1,5 минуты. **II часть.** Игровые упражнения. «Гонка мячей» (в шеренге). **Игровая.** Подвижная игра «Горелки». **III часть.** Игра малой подвижности «Затейники».		двигательным упражнениям - уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения.

4 неделя (три занятия: первое - на ознакомление; второе - на повторение, закрепление*; третье на прогулке**.)

Нумерация занятий 34,35*,36**.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры

Физическое развитие. **Цель:** Создание условий для развития физических качеств. **Задачи:** Повторить ходьбу с подниманием колен, бег в среднем темпе до 1,5 минуты; упражнения в равновесии и прыжках. **Задачи.** Повторить бег; игровые упражнения с прыжками и	**«Прыжки. Равновесие. Лазание.»** Краткое содержание: - беседа; - бег; - подвижные игры.	**Коммуникативная.** Беседа о значении развития выносливости в жизни человека. **Занятие34.** Стр 122. **Двигательная.** **I часть.** Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. По команде ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс; бег в среднем темпе продолжительностью до 1,5 минуты, переход на обычную ходьбу. **II часть**. Общеразвивающие упражнения. **Занятие 35*** Стр 123. Основные виды движений. 1. Пролезание в обруч в группировке, прямо и боком (5–6 раз). 2. Равновесие – ходьба по наклонному бревну, руки свободно балансируют (2–3 раза). 3. Прыжки в длину с разбега (5–6 раз). **Игровая.** Подвижная игра «Охотники и зайцы». III часть. Ходьба в колонне по одному. Основные виды движений. 1. Лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком (у каждого свой обруч), 5–6 раз. 2. Равновесие – ходьба по бревну прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, свободно балансируя руками, 2–3 раза. 3. Прыжки в длину с разбега (5–6 раз). **Занятие 36**** Стр 123. **I часть.** Ходьба в колонне по одному, бег в умеренном темпе продолжительностью до	Участие в беседе о значении развития выносливости в жизни человека. Самостоятельное выполнение программных упражнений для развития выносливости. Участие в подвижных играх.	- ребенок может поддержать беседу; - освоил программные упражнения для развития выносливости; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.

эстафету с мячом.		1,5 минуты, ходьба врассыпную. **II часть.** Игровые упражнения. «Передай мяч». «Не попадись». «Не промахнись». **Игровая.** Подвижная игра «Фигуры». III часть. Ходьба в колонне по одному		