

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
подготовительной к школе 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.....	6
1.3. Система оценки результатов освоения Программы	7
II. Содержательный раздел.....	8
2.1 Общие положения.....	8
2.2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях.....	8
2.3. Организация образовательной деятельности с учетом используемых методических пособий.....	9
2.4. Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет.....	10-11
2.5.Формы, способы и методы работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»	12
2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	12
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.....	14
III. Организационный раздел	15
3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.....	15
3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания...16	
3.2.1. Обеспеченность методическими материалами образовательная область «Физическое развитие».....	16
3.2.2. Обеспеченность средствами обучения и воспитания.....	17
3.3. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении	18
3.4. Учебный план основной образовательной программы	20
3.5. Календарный учебный график	20
3.6. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	21
3.7. Особенности организации развивающей предметно - пространственной образователь - ной среды.....	21
IV.Дополнительный раздел	22
Краткая презентация рабочей программы.....	22
V. Приложения	24
5.1. Перспективно – тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому воспитанию.....	24-86
5.2Подвижные игры в повседневной жизни детей(рекомендации воспитателям).....	87-91

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре по реализации Основной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся 6-7 лет в образовательной области «Физическое развитие» в подготовительной к школе группе общеразвивающей направленности (далее – Программа) содержит материал для организации развивающей деятельности детей подготовительной к школе группы. Определяет содержание и организацию образовательной деятельности по физическому развитию детей в подготовительной к школе группы в возрасте с 6 лет до 7 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 расслаблению 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 6 до 7 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 (подготовительная к школе 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 из 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.

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 6-7 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.

К 6 годам у детей наблюдается повышение выносливости к осуществлению динамической работы за счет упорядочения характера мышечной активности. Более эффективно перераспределяется время активной и пассивной фаз двигательного цикла, увеличивается длительность фазы отдыха. Если у 3-летнего ребенка мышцы напряжены на протяжении всего движения и он быстро устает, то у 6—7-летнего время напряжения мышц составляет до 70% общей длительности цикла, выделяются периоды напряжения и расслабления мышц, что способствует большей продолжительности работы (Н. Н. Леонтьева, К. В. Маринова). При этом у детей 6 лет хорошо выраженная синхронность сохраняется на всем протяжении динамической нагрузки. По данным Н. А. Ноткиной, наибольший прирост в показателях скоростных способностей и выносливости у дошкольников приходится именно на седьмой год жизни, в результате чего создаются благоприятные условия для развития ведущих двигательных способностей через направленный отбор содержания физических упражнений и их дозировку. Расширяются способности к предварительному программированию как пространственных, так и временных параметров движения. После выполнения движения ребенок способен самостоятельно подключиться к анализу полученных результатов и установлению необходимых корректировок. По данным И. Н. Леонтьевой, иннервационная программа решения двигательной задачи у детей седьмого года жизни уже перед началом движения бывает полностью сформирована, что позволяет в процессе организации двигательной деятельности широко использовать предварительное инструктирование до начала выполнения двигательных действий, предлагать ребенку сначала определить план своего поведения, выбрать способ, а

только после этого приступать к практическому осуществлению. В этом случае формируется произвольность, преднамеренность в управлении своими движениями.

В 6 лет происходит переход к текущему контролю за точностью двигательного действия не только на базе зрительного анализатора, но и на базе мышечных ощущений.

К 7 годам программирование произвольных движений и их текущий контроль осуществляется зрительно-двигательной функциональной системой на базе мышечной обратной связи. Поэтому при соответствующих условиях дошкольник может быстро достигать высокого результата в точности выполнения сложных движений.

В этом возрасте у детей происходит наибольший прирост показателей развития скоростных и координационных способностей, выносливости (И. А. Ноткина). В педагогическом процессе предоставляется широкая возможность использования игры соревновательного характера, предусматривающие соперничество как на точность, так и на быстроту действий. Выполняя задания, ребенок начинает понимать, при одних движениях ему действовать легче, а при других труднее (высокому легче допрыгнуть до подвешенного колокольчика, но труднее подлезть под шнур, висящий невысоко от пола, и т. д.). Осознание этих физических параметров положительно влияет на установление взаимоотношений между участниками в коллективных играх соревновательного характера. Играющие целесообразнее распределяют выполнение движений в играх-эстафетах, что позволяет команде достигать положительного результата и вызывает чувство радости, удовлетворения, поддерживает интерес к двигательной деятельности. Понимание трудности выполнения движения в данных условиях по сравнению с соперником помогает снять бурную отрицательную реакцию на проигрыш.

Дети подготовительной группы могут создавать условия для двигательной деятельности на физкультурных занятиях и в повседневной жизни, организовывать не только собственную двигательную активность, но и подвижные игры, физические упражнения со своими сверстниками, с более младшими дошкольниками

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 инструментальный 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 становления – незначительное отклонение от уровня нормы.

Точка роста – 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 подготовительной к школе группы представлены в основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» (М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016), стр. 158, 305-309.

Организация образовательной деятельности с учетом используемых методических пособий

Физическая культура																		
Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа – М.: Мозаика – Синтез, 2016-112с																		
месяц	IX		X		XI		XII		I		II		III		IV		V	
	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.
	1	9	13	20	25	29	1	40			25	59	1	72	13	81	25	88
	2*	10	14*	21	26*	32	2*	41			26*	60	2*	73	14*	82	26*	89
	4	11	16	22	28	32	4	42	13-14	49-51	28	61	4	74	16	83	28	90
	5*	13	17*	23	29*	34	5*	43	16-17	52-53	29*	62	5*	75	17*	84	29*	91
	7	15	19	24	31	34	7	45	19	54	31	63	7	76	19	84	31	92
	8*	16	20*	26	32*	36	8*	46	20*	56	32*	64	8*	78	20*	86	32*	93
	10	16	22	27	34	37	10	47	22	57	34	65	10	79	22	87	34	95
	11*	18	23*	28	35*	38	11*	48	23*	58	35*	66	11*	80	23*	88	35*	96
Всего	72																	
Физическая культура на прогулке																		
Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа – М.: Мозаика – Синтез, 2016.-112с																		
месяц	IX		X		XI		XII		I		II		III		IV		V	
	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.	№	Стр.
	3**	11	15**	22	27**	32	3**	41		51	27**	60	3**	73	15**	82	27**	90
	6**	14	18**	24	30**	30	6**	43	15,18**	54	30**	62	6**	75	18**	84	30**	92
	9**	16	21**	26	33**	36	9**	46	21**	56	33**	64	9**	78	21**	86	33**	93
	12**	18	24**	28	36**	39	12**	48	24**	58	36**	66	12**	80	24**	88	36**	96
Всего:	36																	
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 6-7 лет

Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (три занятия)	Тема первой недели: «Построения и перестроения» «Ходьба и равновесие».
2 неделя (три занятия)	Тема второй недели: «Прыжки. Лазание. Перебрасывание.»
3 неделя (три занятия)	Тема третьей недели: «Бросание мяча. Ползание. Равновесие.»
4 неделя (три занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки. Лазание.»

Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели: «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя - три занятия	Тема недели: «Прыжки. Ползание. Отбивание.»
3 неделя - три занятия	Тема недели: «Ведение мяча. Ползание. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Равновесие.»
4 неделя - три занятия	Тема недели: «Ползание Прыжки. Равновесие.»

Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба по канату» «Прыжки. Перебрасывание.»
2 неделя - три занятия	Тема неделя «Баскетбол. Прыжки. Ползание.»
3 неделя - три занятия	Тема неделя «Ползание. Лазание. Ведение.»
4 неделя -три занятия	Тема недели «Прыжки. Лазанье.»

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Равновесие. Прыжки. Броски.»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Ползание. Передача.»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Ползание. Лазание. Метание».
4 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Ползание. Равновесие.»

Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - праздничные выходные дни	Тема недели - праздничные выходные дни
2 неделя – три занятия	Тема недели - «Прыжки. Отбивание. Равновесие.»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Метание. Ползание»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Упражнения с мячом»

Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Равновесие. Прыжки. Броски мяча»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Перебрасывание. Лазанье.»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Лазанье. Равновесие.»
4 неделя - три занятия	Тема недели «Равновесие. Прыжки. Ползание.»

Март

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя - три занятия	Тема недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Перебрасывание. Ползание.»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Метание. Лазание. Равновесие. »
4 неделя - три занятия	Тема недели «Лазание. Равновесие. Прыжки.»

Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя -три занятия	Тема недели Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом.
2 неделя - три занятия	Тема недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом»
3 неделя -три занятия	Тема недели «Метание. Ползание. Прыжки.»
4 неделя -три занятия	Тема недели: «Прыжки. Равновесие. Броски.»

Май

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя -три занятия	Тема недели: «Прыжки. Равновесие. Броски.»
2 неделя - три занятия	Тема недели «Прыжки. Ведение. Подлезание.»
3 неделя - три занятия	Тема недели «Равновесие. Ползание. Метание. «
4 неделя - три занятия	Тема 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 данных 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 взаимoinформирование	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 подготовительной к школе группе

Форма организации	Место в режиме дня	6-7 лет
Физкультурно-оздоровительная деятельность		
Утренняя гимнастика	Ежедневно	8 мин.
Игры подвижные (сюжетные)	Ежедневно, не менее 4 раз	20 мин.
Музыкально-ритмические движения	На улице, в группе, в музыкальном зале (воспитатели, музыкальный руководитель)	8 мин.
Специально организованное закаливание	Ежедневно на улице (лето), в группе	15 мин.
Индивидуальная работа по развитию основных видов движений	На улице во время прогулки, в группе 2-3 раза	8 мин.
Бодрая гимнастика после сна с элементами дыхательной гимнастики	Ежедневно в группе	8 мин.
Физкультминутки	Ежедневно во время организованной деятельности – НОД	3 мин.
Игровые упражнения, элементы спортивных игр	Ежедневно на участке, на прогулке	30/40 мин.
ООД (организованная деятельность, занятия)		
Физкультура в помещении	По расписанию (инструктор по физическому воспитанию)	30 мин / 2 раза в неделю
Физкультура на улице	По расписанию во время прогулки 1 раз в неделю инструктор по физическому воспитанию	30 мин.
Музыка	По расписанию, 2 раза в неделю в музыкальном зале (музыкальный руководитель)	25 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		
Неделя здоровья	воспитатели, инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель	2 раза в год (ноябрь, март)
Физкультурный досуг (развлечение)	1 раз в 2 месяца (воспитатели, специалисты)	40-45 мин.
Физкультурный праздник	2 раза в год в спортивном зале или на улице	60-90 мин.
Спортивные праздники вне учреждения (мини-футбол, «Веселые старты»)	По плану управления образования Приокского района 1-2 раза в год	
Дополнительное образование		
Секция «Баскетбол»	2 раза в неделю в спортивном зале (инструктор по физкультуре)	30 мин.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы

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

Описание функционального использования помещений и их оснащения

Вид помещения	Оснащение
Функциональное использование	
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: Средняя группа (4-5 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, заключенным 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 возвращении 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	6 -7 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	8.30– 8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.40 – 8.55
Игры, самостоятельная деятельность детей Подготовка к образовательной деятельности	8.50 – 9.00
Организованная детская деятельность, занятия со специалистами	9.00- 10.50

Второй завтрак	10.50 –11.00
Подготовка к прогулке, прогулка (самостоятельная и совместная со взрослым деятельность детей: игровая, наблюдения, экспериментальная, двигательная, трудовая. Индивидуальная работа воспитателя с детьми. Занятие физической культурой)	11.00 –12.35
Возвращение с прогулки, водно – гигиенические процедуры Самостоятельная и совместная деятельность: коммуникативная, трудовая	12.30- 12.50
Подготовка к обеду, обед	12.50 –13.15
Подготовка ко сну, Самостоятельная и совместная деятельность: коммуникативная, трудовая дневной сон	13.15 –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	15.30 –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 детей со 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

	6-7 лет
Дома: подъем, утренний туалет	6.30 – 7.30
В детском саду: Прием, игры, самостоятельная деятельность	6.30 – 8.25
Утренняя гимнастика на улице	8.25 – 8.35
Подготовка к завтраку, завтрак	8.35 – 8.50
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00 – 9.30
Второй завтрак	9.55-10.00
Прогулка (игры, труд, наблюдения, целевые прогулки, физ.упражнения, индивидуальная работа, воздушные и солнечные процедуры, самостоятельная деятельность детей, развлечения)	9.30 –12.25
Возвращение с прогулки, игры, водные процедуры (душ, мытье ног, расширенное умывание)	12.25 -12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40 –13.10
Подготовка ко сну, дневной сон	12.55– 15.10
Подъем, закаливающие процедуры, гимнастика после сна, игры	15.10 –15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.35 –15.50
Игры, подготовка к прогулке и выход на прогулку	15.50 –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
		6 -7 лет
		Инвариантная часть
Физическое развитие	Физкультура в помещении (зал)	2//30//71
	Физкультура на прогулке	1//30//37
	Здоровье	Через интеграцию с другими образовательными областями
Познавательное развитие	Ознакомление с миром природы	1//30//37
	Ознакомление с предметным и социальным окружением	1//30//37
	Формирование элементарных математических представлений	2//30//74
Речевое развитие	Развитие речи	2//30//74
Художественно-эстетическое развитие	Рисование	2//30//70
	Лепка	0,5//30//19
	Аппликация	0,5//30//18
	Музыка	2//30//74
	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)		14//30//420
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 безопасности 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.

Перспективно – тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физическому воспитанию

Сентябрь

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 накопления и обогащения двигательного опыта детей. Задачи: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в	Тема первой недели: «Построения и перестроения», «Ходьба и равновесие». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о необходимости проявления волевых усилий для достижения хороших результатов. Двигательная. Занятие 1. Стр9 I часть. Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом; бег врассыпную; бег с нахождением своего места в колонне по сигналу. Перестроение в колонну по три. Перестроение в колонну по три. II часть. Общеразвивающие упражнения Основные виды движений 1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове; руки свободно балансируют, помогая сохранять устойчивое равновесие. 2.Прыжки на двух ногах. 3.Перебрасывание мяча двумя руками снизу.	Принимает участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений для рук и плечевого пояса. Самостоятельное и точное выполняет основные движения. Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку к носку (с мешочком на голове). Самостоятельное выполнение прыжков на	- Ребенок ходит и бежит в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняет равновесие на повышенной опоре; - ходит по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; - правильно выполняет все виды основных движений; - прыгает на двух ногах из обруча в обруч,

сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.		Игровая. III часть. Игра «Ловишки». Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 2*. Стр10. 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком перешагивая через набивные мячи . 2.Прыжки на двух ногах через набивные мячи. 3.Перебрасывание мяча двумя руками снизу. Занятие 3**' I часть. Построение в две шеренги. Равномерный бег шеренгами; ходьба врассыпную. Ходьба в колонне по одному. II часть. Игровые упражнения «Ловкие ребята». «Пингвины». «Догони свою пару». III часть. Игра малой подвижности «Вершки и корешки» Трудовая. Уборка инвентаря.	двух ногах через шнур. Самостоятельное перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу, двумя руками из-за головы (расстояние - 3 м) Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	- перебрасывают мяч друг другу; -доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.
--	--	--	--	---

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	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	---	-------------------------------

			деятельность	
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. Задачи: Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. Упражнять детей	Тема второй недели: «Прыжки. Лазание. Перебрасывание.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о необходимости проявления внимания на занятиях. Двигательная. Занятие 4. Стр11. I часть. Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу. Бег в колонне по одному в умеренном темпе, переход на ходьбу и перестроение в три колонны. II часть. Общеразвивающие упражнения с флажками Основные виды движений 1. Прыжки с доставанием до предмета. 2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу (двумя руками из-за головы). 3. Лазанье под шнур. Игровая. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Игра малой подвижности «Летает — не летает». Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 5*. Стр13. Основные виды движения 1. Прыжки на двух ногах между предметами. 2. Упражнение в переброске мяча стоя в шеренгах двумя руками снизу 3. Упражнение в ползании —	Принимает участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполняет основные движения. Самостоятельное выполнение прыжков. Самостоятельное перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние -4 м). Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	- Ребенок умеет поддерживать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении общеразвивающих и основных движений; - правильно выполняет все виды основных движений; -перебрасывают мяч друг другу; -доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.

в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений		«крокодил». Занятие 6** Стр14. I часть. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, змейкой; ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу. II часть. Игровые упражнения «Быстро встань в колонну!» «Прокати обруч». Игровая. Подвижная игра «Совушка». III часть. Игра малой подвижности «Великаны и гномы». Трудовая. Уборка инвентаря.		
---	--	---	--	--

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)
Физическое развитие Цель: создание условий для безопасного проведения занятий по физической культуре. Задача: обогатить	Тема третьей недели «Бросание мяча. Ползание. Равновесие.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий. Двигательная. Занятие 7 Стр15. I часть. Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах зала по ориентирам. Бег в умеренном темпе. Перестроение в три колонны. II часть. Общеразвивающие упражнения с	Принимает участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполняет основные движения. Самостоятельное выполнение прыжков.	- ребенок умеет поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении общеразвивающих и основных движений; - правильно выполняет все виды основных движений; - перебрасывают мяч друг другу;

двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. Научить правилам безопасного поведения во время занятий по физической культуре. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	деятельность.	малым мячом Основные виды движений 1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками (10-12 раз подряд). Повторить 2—3 раза. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков (2-3 раза). 3. Упражнение на умение сохранять равновесие и удерживать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке. Задание: при ходьбе по скамейке поднимая прямую ногу — хлопнуть под коленом в ладоши, опуская ногу — развести руки в стороны. 4. Игровая. Подвижная игра «Удочка». III часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 8* Стр16. Основные виды движений 1. Бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руками (12—15 раз подряд). Повторить 3-4 раза. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («по медвежьей»). Повторить 2—3 раза. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот в	Самостоятельное выполнение упражнений с мячами. Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	-доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.
---	----------------------	--	---	--

Задачи. Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.		среднем темпе, затем пройти дальше. Занятие 9** Стр16. I часть. Ходьба в колонне по одному; бег — 20 м; ходьба — 10 м. Ходьба и бег между предметами (5—6 кубиков или набивных мячей, расстояние между предметами 0,5 м). II часть. Игровые упражнения «Быстро передай». 3—4 раза. «Пройди — не задень». 2-3 раза. Игровая. Подвижная игра «Совушка». III часть. Игра «Летает — не летает». Трудовая. Уборка инвентаря.		
---	--	--	--	--

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 подготовки и проведения семейно – группового спортивного праздника.	Тема четвертой недели: «Прыжки. Лазание.»	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий. Двигательная. Занятие 10 Стр16. I часть. Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу воспитателя. Поворот в ходьбе, беге производится в движении по сигналу.	Принимает участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное	

Задачи: Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. Задачи. Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу, упражнения в		II часть. Общеразвивающие упражнения с палками Основные виды движений 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке; на середине скамейки присесть, хлопнуть в ладоши, выпрямиться и пройти дальше. 3. Прыжки из обруча в обруч (8—10 плоских картонных обручей лежат в шахматном порядке). Игровая. Подвижная игра «Не попадись». III часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 11* Стр16. Основные виды движений 1. Лазанье в обруч правым и левым боком. 2. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. 3. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры . Занятие 12** Стр18. I часть. Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, переход на бег со сигналу и продолжительный бег	выполняет основные движения. Самостоятельное выполнение прыжков. Самостоятельное перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние -4 м). Участие в игровой деятельности. Участие в трудовой деятельности.	
---	--	--	--	--

прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта		(до одной минуты), переход на ходьбу. Построение в круг. II часть. Игровые упражнения «Прыжки по кругу». «Провели мяч». «Круговая лапта». III часть. Игра «Фигуры»		
--	--	--	--	--

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)
1	2	3	4	5
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития двигательной активности и выполнения программных задач по физическому развитию детей. Задача: развивать двигательную активность в процессе	Тема первой недели «Ходьба и равновесие. Прыжки. Бросание мяча» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении при выполнении игровых заданий. Двигательная. Занятие 13 Стр20. I часть. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами II часть. Общеразвивающие упражнения Основные виды движений 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий: ходьбы и бега в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и беге между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут. Самостоятельное выполнение общеразвивающих	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - способен проявлять волевые усилия при выполнении бега (на время); - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого

выполнения упражнений, заданий и подвижных игр. Задачи. Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. Задачи. Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.		2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры. 3. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками. Игровая. Подвижная игра «Перелет птиц*». III часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 14* Стр21. Основные виды движения 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева. 3. Переброска мячей друг другу парами, стоя в шеренгах. Занятие 15** Стр22. I часть. Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движений; бег с преодолением препятствий — перепрыгивание через бруски, положенные на расстоянии трех шагов ребенка (два шага в беге и на третий шаг перепрыгивание.) II часть. Игровые упражнения «Перебрось — поймай». «Не попадись». Игровая.	упражнений: поднятия рук вверх из положения руки к плечам. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоны вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. Поочередное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь). Сохранение равновесия, стоя на кубе на носках. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке на носках. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге.	пояса; - проявляет ловкость в прыжках через предметы; - отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).
--	--	--	--	--

		III часть. Подвижная игра «Фигуры». Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	---	--	--

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 развития двигательных навыков. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений с мячом и обручем. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навик	Тема второй недели: «Прыжки. Ползание. Отбивание.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о прыжках и играх с мячом. Двигательная. Занятие 16 Стр22. I часть. Ходьба с изменением направления движения по сигналу; бег с перешагиванием через предметы. Ходьба в колонне по одному. II часть. Общеразвивающие упражнения с обручем Основные виды движений 1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат или коврик. 2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед (баскетбольный вариант). 3. Ползание на ладонях и ступнях («по-медвежьи») в прямом направлении (4-5 м). Игровая.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение прыжков с высоты (40 см). Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча, забрасывание его в корзину двумя руками. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты; - отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).

приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Задачи. Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках		Подвижная игра «Не оставайся на полу». Ш часть. Игра «Эхо». Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 17* Стр23. Основные виды движений I. Прыжки с высоты 40 см с приземлением на полусогнутые ноги. 1. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед, и забрасывание мяча в корзину двумя руками. 2. Лазанье в обруч на четвереньках; лазанье в обруч прямо и боком. Занятие 18** Стр24. I часть. Ходьба в колонне по одному; перестроение в колонну по два в движении; бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты). II часть. Игровые упражнения «Кто самый меткий?» «Перепрыгни — не задень». Игровая. Подвижная игра «Совушка». III часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	---	--	--

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

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 двигательных навыков со спортивными предметами. Задача: развивать двигательную активность в процессе выполнения упражнений, заданий и подвижных игр, прыжков, упражнений со спортивными предметами. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении	Тема третьей недели: «Ведение мяча. Ползание. Равновесие.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения в коллективных играх. Двигательная. Занятие 19 Стр24. I часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу переход на ходьбу с высоким подниманием колен (руки на поясе).»; бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты), переход на обычную ходьбу. Перестроение в три колонны. II часть. Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках Основные движения 1. Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант). 2. Ползание по гимнастической скамейке (хват рук с боков). 3. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками. Игровая. Подвижная игра «Удочка». III часть. Игра малой подвижности «Летает — не летает.» Трудовая. Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение заданий с мячом. Отбивание мяча одной рукой на месте. Ведение мяча по прямой, сбоку; между предметами. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках; - владеет ведением мяча по прямой; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).

равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Задачи. Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.		Занятие 20* Стр26. Основные виды движений 1. Ведение мяча между предметами (6—8 кубиков или набивных мячей; расстояние между предметами 1 м). Выполняется двумя колоннами или шеренгами (если достаточно пособий, позволяет пространство зала и группа детей малочисленна). Повторить 2-3 раза. 2. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч. 3. Равновесие — ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. Занятие 21** Стр26. I часть. Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения; бег, перепрыгивая через предметы; переход на ходьбу. II часть. Игровые упражнения «Успей выбежать». «Мяч водящему». Игровая. Подвижная игра «Не попадись». Ш часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	---	--	--

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

Нумерация занятий: 22,23*,24**.

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 проведения эстафеты и подвижных игр. Задачи: Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Тема четвертой недели: «Ползание. Прыжки. Равновесие.» Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность;	Двигательная. Занятие 22 Стр27. I часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу смена темпа движения. Бег врассыпную. II часть. Общеразвивающие упражнения с мячом Основные виды движений 1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром (высота 50 см). 2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг. Игровая. Подвижная игра «Удочка». III часть. Ходьба в колонне по одному Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 23* Стр28. Основные виды движений 1. «Проползи — не урони». Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на	Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок с интересом участвует в подвижных играх и эстафетах; - проявляет волевые усилия в командных соревнованиях.

Задачи. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.		спине. - Прыжки на двух ногах между предметами (мячи, кубики, кегли) в конце прыгнуть в обруч. - Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс (2—3 раза). Занятие 24** Стр28. Задачи. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча. I часть. Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу; бег в умеренном темпе (продолжительность до 2 минут); переход на ходьбу. II часть. Игровые упражнения «Лягушки». «Не попадись». Игровая. Подвижная игра «Ловишки с ленточками». III часть. Игра «Эхо». Трудовая. Уборка инвентаря.		
---	--	---	--	--

Ноябрь

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

Нумерация занятий: 25,26*,27**.

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

Задача.			деятельность	
Физическое развитие Цель: Создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности, для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе. Задача: формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности для выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе Задачи. Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном	Тема первой недели «Ходьба по канату» «Прыжки через шнур». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о важности выполнения физических упражнений из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе. Двигательная. Занятие 25 Стр29. I часть. Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения. II часть. Общеразвивающие упражнения Основные движения 1. Равновесие — ходьба по канату боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на канате. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры (6—8 шт.) подряд без паузы (3—4 раза). 3. Эстафета с мячом «Мяч водящему». Игровая. Подвижная игра «Догони свою пару». III часть. Игра «Угадай чей голосок?» Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 26* Стр32. Основные виды движений 1. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки за голову. 2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната	Участие в беседе. Участие в разных видах ходьбы и бега: ходьбе и беге в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходьбе и бегу между линиями. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений: поднятие и опускание плеч; поднимание обеих ног в упоре сидя, оттягивая носки, удерживание ног в этом положении. Приседания из положения ноги врозь, переноса массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Сохранение равновесия, стоя на одной ноге. Самостоятельное выполнение основных движений. Участие в эстафете. Самостоятельное выполнение прыжков.	- ребенок поддерживает беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - умеет удерживать равновесие; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет активность в выполнении упражнений для рук и плечевого пояса; - проявляет ловкость в прыжках; - проявляет элементы творчества в подвижных играх.

отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. Задачи. Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.		(вначале только на правой ноге, а при повторении упражнения на левой, и так попеременно), руки произвольно. 3. «Попади в корзину». Броски мяча в корзину двумя руками — баскетбольный вариант. Занятие 27** Стр32. I часть. Ходьба в колонне по одному между кеглями, стараясь не задеть их, ходьба, с перешагиванием попеременно правой и левой ногой через шнуры; бег с перепрыгиванием через бруски (кубики). II часть. Игровые упражнения «Мяч о стенку». «Будь ловким». Игровая. Подвижная игра «Мышеловка». II часть. Игра малой подвижности «Затейники». 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. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема второй недели:	Коммуникативная.	Участие в беседе.	- Ребенок поддерживает

развитие Цель: создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности. Задача: познакомить детей с различными видами спорта. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	«Баскетбол Прыжки. Ползание». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Беседа об игре в баскетбол. Двигательная. Занятие 28 Стр32. I часть, Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления движения по сигналу; с упражнениями для рук (на носках, руки за голову; широким свободным шагом; семенящим шагом, руки на пояс). II часть. Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой Основные виды движений 1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 3. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах (способ — двумя руками из-за головы). III часть. Подвижная игра «Фигуры». Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 29* Стр34. Основные виды движений 1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 1. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча не более 1 кг). 2. Передача мяча в шеренгах	Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение прыжков. Ползание под шнур боком. Самостоятельное выполнение баскетбольных движений с мячом. Участие в игровой деятельности.	беседу, может высказать свое суждение; - старается точно выполнять двигательные задания; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - проявляет ловкость в прыжках с высоты; - отбивает, передает, подбрасывает мяч разными способами; - с интересом выполняет задания и правила баскетбольной игры; - проявляет элементы творчества в подвижных играх; - охотно занимается трудовой деятельностью (уборкой инвентаря).
--	--	---	---	---

Задачи. Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.		Занятие 30** Стр34. I часть. Ходьба в колонне по одному; по сигналу остановиться и принять какую-либо позу (птицы, лягушки, зайчика); бег с перепрыгиванием через предметы (кубики, набивные мячи, бруски; ходьба в колонне по одному. II часть. Игровые упражнения 1. Передача мяча по кругу в одну и другую сторону. 2. «Не задень». Прыжки между кубиками, поставленными по двум сторонам зала (6—8 кубиков; расстояние между кубиками 0.5 м). Проводится двумя колоннами в виде эстафеты. По итогам определяется победитель. Игровая. Подвижная игра «Не оставайся на полу». III часть. Игра «Затейники». Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	--	--	--

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

Нумерация занятий:31,32*,33**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое	Тема третьей недели:	Коммуникативная.	Участие в беседе.	- Ребенок

развитие. Цель: создание условий для развития у детей физических качеств в ведущих в этом возрасте: быстроты, ловкости, координации. Задача: развивать ведущие физические качества детей в процессе разных видов игровой деятельности. Задачи. Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	«Ползание. Лазанье. Ведение.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Беседа о безопасном метании предметов в цель. Двигательная. Занятие 31 Стр34. I часть. Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками (6—8 шт.), поставленными в две линии по двум сторонам зала; бег враспынную. Ходьбу и бег повторить в чередовании. II часть. Общеразвивающие упражнения с кубиком Основные виды движений 1. Ведение мяча в прямом направлении (баскетбольный вариант) и между предметами 2. Лазанье под дугу. 3. Равновесие. Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами. Игровая. Подвижная игра «Перелет птиц». III часть. Игра малой подвижности «Летает — не летает». Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 32* Стр36. Основные виды движений 1. Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4 м. 2. Ползание «по-медвежьи» на ладонях и ступнях в прямом направлении 3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке боком	Самостоятельное выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение основных движений: ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Метание в горизонтальные цели (расстояние - 4метра). Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе. Участие в подвижных играх. Участие в трудовой деятельности.	поддерживает беседу. -Самостоятельно выполняет основные движения; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.
--	--	---	---	---

Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.		приставным шагом с мешочком на голове. Занятие 33** Стр34. I часть. Ходьба в колонне по одному; по сигналу переход к ходьбе с высоким подниманием колен, затем к ходьбе широкими шагами со свободной координацией рук, далее ходьба мелким, семенящим шагом на носочках, и так в чередовании; бег врассыпную; переход на обычную ходьбу. II часть. Игровые упражнения <i>«Мяч водящему»</i> Игровая. Подвижная игра «По местам». III часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	---	--	--

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

Нумерация занятий: 34,35*,36**.

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	Тема четвертой недели: «Прыжки. Лазанье.» Краткое содержание: - игровая -двигательная	Двигательная. Занятие 34 Стр37. I часть. Ходьба и бег между предметами. Ходьба и бег врассыпную; построение в 3 колонны.		

ежедневной двигательной деятельности. Задачи: Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазанье на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	деятельность	II часть. Общеразвивающие упражнения Основные движения 1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет (по диагонали). 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно, энергично отталкиваясь от пола. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше. 4. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками. Игровая. Подвижная игра «Фигуры». III часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря. Занятие 35* Стр38. Основные движения 1. Повторить лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет и спуск вниз (особое внимание при выполнении упражнения уделять положению рук). 2. Равновесие — ходьба на носках по уменьшенной площади опоры (ширина 15—20 см), руки на пояс или за голову. 3. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный	Участие в подвижных играх.	- Ребенок с интересом участвует в подвижных играх; - проявляет волевые усилия в командных играх.
---	---------------------	--	-----------------------------------	---

Задачи. Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.		вариант). Занятие 36** Стр34. I часть. Ходьба с изменением направления движения по обозначенным ориентирам; ходьба в колонне по одному; по сигналу выполнение поворотов прыжков направо (налево); ходьба и бег враспынную. II часть. Игровые упражнения «Передай мяч». «С кочки на кочку». Игровая. Подвижная игра «Хитрая лиса». III часть. Игра малой подвижности по выбору детей. Трудовая. Уборка инвентаря.		
---	--	---	--	--

Декабрь

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 двигательной	Тема первой недели: «Равновесие. Прыжки. Броски.» Краткое содержание:	Двигательная. Занятие 1,2** Стр40,41. <i>Основные виды движений</i> 1.	Выполнение	- Ребенок свободно

деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований промежуточного мониторинга. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий. Задачи. Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	- выполнение заданий, выполнение программных требований по теме «Ходьба»; - выполнение заданий, выполнение программных требований по теме «Бег»; - игровая деятельность; - трудовая; деятельность.	Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс; на середине присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше; в конце скамейки сойти, не прыгая 2. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах. 3. Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед (попеременно то на одной, то на другой ноге). Игровая. Подвижная игра «Хитрая лиса». Занятие 3** Стр41. I часть. Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Аист!» остановиться на одной ноге, слегка поджав вторую ногу, руки в стороны; продолжение ходьбы; на сигнал «Лягушки!» присесть, положив руки на колени; на сигнал «Зайки!» прыжки на двух ногах на месте. Бег в умеренном темпе (продолжительность до 1,5 минуты), без остановки, затем переход на обычную ходьбу. II часть. Игровые упражнения «Пройди — не задень». «Пас на ходу». Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.	заданий педагога. Участие в подвижной игре и коллективной эстафете.	ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых позиций.
--	--	---	--	--

		Игровая. Подвижная игра «Совушка». 3 часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	--	--	--

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

Нумерация занятий: 3,4

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 двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств . Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с	Тема второй недели «Прыжки Ползание. Передача». Краткое содержание: выполнение программных требований по теме «Прыжки»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. -двигательная деятельность	Двигательная. Занятие 4 Стр42. I часть. Ходьба в колонне по одному, на сигнал ходьба широким свободным шагом; переход на обычную ходьбу; на следующий сигнал ходьба мелким, семенящим шагом, руки на пояс; бег враспынную, ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны. II часть. Общеразвивающие упражнения. Основные движения 1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижных играх. Уборка инвентаря.	- Ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на правой и левой поочередно; - ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. Задачи. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.		2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне 3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях. Игровая. Подвижная игра «Салки с ленточкой. III часть. Игра малой подвижности «Эхо!» Занятие 5* Стр43. <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки между предметами: на двух ногах; на правой и левой поочередно. 2. Прокатывание мяча между предметами подталкивая его двумя руками, не отпуская далеко от себя. По окончании прокатывания взять мяч в руки, выпрямиться, подняться на носки, потянуться. 3. Ползание под шнур правым и левым боком. Занятие 6** Стр43. I часть. Ходьба в колонне по одному, ходьба врассыпную; на сигнал «Цапля!» остановиться и поднять одну ногу, согнутую в колене, руки за голову, удерживая равновесие; переход на обычную		
---	--	--	--	--

		ходьбу. На сигнал «Бабочки!» бег врассыпную, помахивая руками «как крылышками». Ходьба и бег проводятся в чередовании. II часть. Игровые упражнения. «Пройди — не урони». «Из кружка в кружок». Игровая. Игровое упражнение «Стой!». Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	---	--	--

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)
Физическое развитие. Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности,	Тема третьей недели : «Ползание. Лазание». Краткое содержание: - выполнение программных требований по теме «Ползание. Лазание»; - игровая деятельность; - трудовая деятельность. двигательная деятельность	Двигательная. Занятие 7 Стр45. I часть. Ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя (широкими свободными шагами и коротким, семенящим шагом); бег врассыпную; чередование ходьбы и бега. II часть. Общеразвивающие упражнения с малым мячом Основные виды движений	Выполнение заданий педагога. Уборка инвентаря.	- Ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками; -успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели.

направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий. Задачи. Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.		1. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков (2—3 раза). 3. Равновесие — ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс (2—3 раза). Игровая. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробышки» III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 8* Стр46. <i>Основные движения</i> 1. Перебрасывание мячей в парах (расстояние между детьми 1,5 м). 2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. 3. Прыжки со скамейки на мат. Занятие 9** Стр46. I часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу остановиться и принять какую-либо позу; бег враспынную, ходьба в колонне		- доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
---	--	--	--	--

		по одному с ускорением и замедлением темпа движения. II часть. Игровые упражнения: «Пас на ходу». «Кто быстрее». «Пройди — не урони». Игровая. Подвижная игра «Лягушки и цапля». III часть. Игра малой подвижности по выбору детей. Трудовая. Уборка инвентаря.		
--	--	--	--	--

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 приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на	Тема третьей недели : «Прыжки. Ползание. Равновесие.» Краткое содержание: «Игровое сотрудничество педагога и ребенка в игре».	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре» Двигательная. Занятие 10 Стр46. I часть. Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Пере строение в колонну по одному, переход на ходьбу по кругу. Ходьба и бег по кругу; на сигнал «Поворот!» все поворачиваются кругом и продолжают ходьбу. Затем при беге снова подается команда и дети	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений. Участие в эстафетах. Уборка инвентаря.	- Ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям; - ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

Задачи. Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.		вниз, не пропуская реек. 2. Равновесие — ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, руки за голову (2-3 раза). 3. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. Занятие 12** Стр46. I часть. Ходьба в колонне по одному за ведущим между постройками из снега в среднем темпе. II часть. Игровые упражнения. «Точный пас». «Кто дальше бросит?» «По дорожке проскользи». Трудовая. Уборка инвентаря.		
---	--	---	--	--

Январь

1 неделя— выходные праздничные дни.

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. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие.	Тема второй	Двигательная.		- ребенок доброжелательно

Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. Задачи.. Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. Задачи. Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге	недели: «Прыжки. Отбивание. Равновесие.» Краткое содержание: - игровая деятельность; - трудовая деятельность. двигательная деятельность	Занятие 13 Стр49. I часть. Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу, поворот по сигналу в другую сторону; бег врассыпную с остановкой по сигналу. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с палкой</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки с мешочком на голове, руки произвольно. 2. Прыжки через препятствия (набивные мячи, бруски) с энергичным взмахом рук. 3. Проведение мяча с одной стороны зала на другую (отбивание мяча одной рукой по ходу движения) Игровая. Подвижная игра «День и ночь». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 14* Стр51. <i>Основные виды движений</i> 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча между предметами. Занятие 15** Стр51. I часть. Игровое упражнение. - «Между санками». II часть. <i>Игровые упражнения.</i>	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполнение основных движений: Подлезание под шнур. Равновесие- ходьба боком по г. с. Переброска мячей друг другу.	взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.
---	--	---	---	--

враспынную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза». Задачи. Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке		«Кто быстрее». «Проскользи — не упади». Игровая. Подвижная игра «Два Мороза». III часть. Ходьба в колонне по одному за самыми умелыми морозами. Занятие 16. Стр52. I часть. Ходьба в колонне по одному, по команде выполняя задания для рук — за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег враспынную. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с кубиком</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки в длину с места (на мат). 2. «Поймай мяч». 3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой (вес мяча не более 1 кг). Дистанция 5—6 м. III часть. Игровая. Подвижная игра «Совушка».		
---	--	---	--	--

Задачи. Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».		Занятие 17* Стр53. <i>Основные движения</i> 1. Прыжки в длину с места 2. Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока о пол с хлопком в ладоши или с другими дополнительным заданием — приседание, поворот кругом и т.д.). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. Занятие 18** Стр54. I часть, Игровое упражнение «Снежная королева». II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Кто дальше бросит?». «Веселые воробышки».		
--	--	--	--	--

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

Нумерация занятий: 19,20*,21**.

Образовательная	Тема	Виды и формы совместной образовательной	Индивидуальные	Целевые ориентиры
-----------------	------	---	----------------	-------------------

область. Цель. Задача.		деятельности	эталон усвоения и самостоятельная деятельность	(результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	Тема третьей недели: «Метание, ползание». Краткое содержание: - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Занятие 19 Стр54. I часть. Ходьба в колонне по одному. По сигналу ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой без паузы. Ходьба и бег враспынную. Перестроение в три колонны. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с малым мячом.</i> <i>Основные движения</i> 1 Подбрасывание м. мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 2.Лазанье под шнур правым и левым боком. 3.Равновесие- ходьба боком по г. с. Игровая. III часть. Подвижная игра «Удочка». Занятие 20* Стр56. <i>Основные движения</i> 1. Переброска мячей друг другу. 2. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении (дистанция 3 м), затем лазанье под шнур (высота от пола 50 см) и продолжение ползания на расстояние 3 м. Повторить 2 раза.	Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное и точное выполнение основных движений: Подлезание под шнур. Равновесие- ходьба боком по г. с. Переброска мячей друг другу.	- ребенок доброжелательно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; - проявляет волевые усилия при метании, лазании, ползании; - проявляет активность в коллективных подвижных играх; - проявляет уважение к собственным трудовым действиям и труду своих сверстников.

Задачи. Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.		3. Равновесие — ходьба на носках, между предметами (5—6 шт., расстояние между предметами 0,5 м), руки на пояс. Занятие 21** Стр56. I часть. Ходьба и бег между снежками (бег в умеренном темпе); упражнения в ходьбе и беге чередуются. II часть. <i>Игровые упражнения.</i> «Хоккеисты». Катание друг друга на санках Игровая. Игра «Два Мороза». 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. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для накопления и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления	Тема четвертой недели: «Прыжки. Упражнения с мячом». «Краткое содержание: - двигательная деятельность;	Двигательная. Занятие 22 Стр57. I часть. Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию: ходьба и бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны. II часть. <i>Общеразвивающие</i>	Выполнение разных видов ходьбы. Самостоятельное преодоление препятствий (по канату). Самостоятельное выполнение разных видов прыжков: прыжки на мат с места (толчком двух ног).	- ребенок прилагает волевые усилия в упражнениях по преодолению препятствий; - выполняет разные видов прыжков; - проявляет ловкость при выполнении упражнений

основных программных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской деятельности. Задачи. Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. Задачи. Повторить ходьбу	- игровая деятельность.	<i>упражнения со скакалкой.</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине (2 раза). 2. Равновесие — ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3. Прыжки через короткую скакалку различными способами. Игровая. Подвижная игра «Паук и мухи». III часть. Игра малой подвижности по выбору детей. Занятие 23* Стр58. <i>Основные виды движений</i> 1. Ползание на четвереньках между предметами. После ползания, встать, потянуться и хлопнуть в ладоши над головой. 2. Равновесие — ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову.). 3. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Занятие 24** Стр58. I часть. Ходьба в колонне по одному	Прыжки с разбега (3 шага). Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м). Выполнение игровых заданий с мячом: ведение мяча попеременно правой и левой руками, перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками. Участие в подвижных играх.	с мячом; - проявляет инициативу в подвижных играх.
---	--------------------------------	---	--	---

между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».		между постройками из снега: ходьба и бег враспынную. Игровая. II часть. ^ <i>Игровые упражнения</i> «По ледяной дорожке». «По местам». «Поезд». III часть. Игра малой подвижности по выбору детей.		
--	--	---	--	--

Февраль

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

Нумерация занятий: 25,26*,27**.

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 накопления и обогащения двигательного опыта детей, для освоения и закрепления основных программных движений. Задача: обогатить двигательный опыт детей в процессе разных видов детской	Тема первой недели: «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча». Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. Занятие 25 Стр59. I часть. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания: игра «Река и ров». II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с обручем</i> <i>Основные движения</i> 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая че рез набивные мячи. 2. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками.	Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение двигательных заданий. Участие в подвижных играх. Самостоятельное выполнение общеразвивающих и основных движений. Участие в подвижной игре.	- ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы; - выполняет разные виды прыжков; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет

деятельности. Задачи. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу, повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.		3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры (без паузы). Игровая. Подвижная игра «Ключи». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 26* Стр60. <i>Основные движения</i> 1. Равновесие — ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову (2—3 раза). 2. Прыжки между предметами (кубики, мячи, кегли) на правой, затем левой ноге. 3. Передача мяча по кругу. Занятие 27** Стр60. I часть. «Быстро по местам». По кругу ставят санки (на один меньше количества играющих). Дети выполняют ходьбу между санками «змейкой», затем бег в умеренном темпе, а на сигнал «По местам!» быстро садятся на любые санки. Игровая. II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Точная подача». «Попрыгунчики». III часть. Подвижная игра «Два Мороза».		инициативу в подвижных играх.
---	--	---	--	--------------------------------------

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

Нумерация занятий: 28,29*,30**.

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 детских умений по осуществлению самоконтроля и самооценки своих результатов. Задача: научить контролировать свои движения, давать самооценку выполненным двигательным заданиям. Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча;	Тема второй недели «Равновесие». Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. Занятие 28 Стрб1. 1часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу ходьба на носках, руки на пояс; переход на обычную ходьбу, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной. Ходьба и бег врассыпную. II часть. Общеразвивающие упражнения с палкой <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки — подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2.Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (баскетбольный вариант). 3.Лазанье пол дугу (шнур) прямо и боком Игровая Подвижная игра «Не оставайся на	Выполнение разных видов ходьбы. Выполнение двигательных заданий. Самостоятельное выполнение общеразвивающих движений. Самостоятельное выполнение упражнений в прыжках, лазанье. Участие в подвижной игре. Участие в трудовой деятельности.	- Ребенок хорошо ориентируется в разных видах ходьбы; - уверенно ходит по гимнастической скамейке, удерживает равновесие; - владеет приемами мягкого приземления в прыжках; - проявляет инициативу в подвижных играх; - может адекватно оценить свои успехи и достижения; - с интересом относится к уборке инвентаря и наведению порядка в спортивном зале.

повторить лазанье в обруч. Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.		земле» III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 29* Стр62. <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге. 2. Ползание на ладонях и коленях между предметами 3. Переброска мяча друг другу в парах (баскетбольный вариант). Занятие 30** Стр62. I часть. Игра «Фигуры». Ходьба в колонне по одному в умеренном темпе; бег по всей площадке, по сигналу. II часть. Игровые упражнения. «Гонки санок». «Пас на клюшку». Игровая. III часть. Игра «Затейники». Уборка инвентаря.		
---	--	--	--	--

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

Нумерация занятий: 31,32*,33**.

Образовательная	Тема	Виды и формы совместной образовательной	Индивидуальные	Целевые ориентиры
-----------------	------	---	----------------	-------------------

область. Цель. Задача.		деятельности	эталон усвоения и самостоятельная деятельность	(результат)
Физическое развитие Цель: создание условий для развития двигательных умений при ходьбе на лыжах. Задача: научить основным движениям при ходьбе Задачи. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением	Тема третьей недели «Ходьба на лыжах. Катание на санках». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о зимних видах спорта Ходьба на лыжах. Двигательная. Занятие 31 Стр63. I часть. Ходьба в колонне по одному; на сигнал ходьба широким свободным шагом; ходьба короткими, семенящими шагами. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении по кругу, перестроение в колонну по три. II часть. Общеразвивающие упражнения. <i>Основные виды движений:</i> 1.Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет (на уровне четвертой рейки) и спуск вниз. 2.Равновесие — ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки, свободная рука на поясе, 3.«Попади в круг». Метание мешочков правой и левой рукой в обручи, лежащие на полу. Игровая. Подвижная игра «Не попадись» (с прыжками).	Участие в беседе. Самостоятельная подготовка лыжного снаряжения. Ходьба на лыжах. Участие в подвижной игре Самостоятельное выполнение общеразвивающих движений. Самостоятельное выполнение упражнений на равновесие: ходьбы по гимнастической скамейке: боком, приставным шагом, с приседанием на одной ноге, перешагивание через палку, обруч, веревку. Стоя на скамейке подпрыгивать и мягко приземляться на нее. Прохождение по узкой стороне скамейки прямо и боком.	- ребенок с интересом участвует в беседе; - умеет слушать инструктаж педагога; - владеет навыками ходьбы на лыжах; - проявляет активность в играх на лыжах.

Нумерация занятий: 34,35*,36**.

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 двигательных умений Задачи: Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. основным движениям.	Тема четвертой недели «Равновесие. Прыжки. Ползание.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о зимних видах спорта. Двигательная. Занятие 34 Стр65. I часть. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба в колонне по одному, на сигнал педагога «Стоп!» остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу. Ходьба и бег врассыпную с нахождением своего места в колонне (в чередовании). II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с мячом (большой диаметр)</i> <i>Основные виды движений.</i> 1. Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг. 3. Прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах рук. 4. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной. Игровая.	Участие в беседе. Выполнение заданий педагога. Сохранение равновесия. Скольжение на двух ногах. Участие в игровой деятельности.	- Ребенок с интересом участвует в беседе; - умеет слушать инструктаж педагога; - владеет навыками скольжения на двух ногах; - проявляет активность в играх.

Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков, с прыжками.		Подвижная игра «Жмурки». III часть. Игра малой подвижности «Угадай, чей голосок?». Занятие 35* Стр66. <i>Основные виды движений</i> 1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Эстафета с мячом «Передал — садись». Занятие 36** Стр66. I часть. Ходьба и бег с выполнением задания «Найди свой цвет». II часть. Игровые упражнения «Не попадись». III часть. Игра «Белые медведи» («Карусель», «Затейники»).		
--	--	--	--	--

Март

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

Нумерация занятий: 1,2*,3**.

Образовательная	Тема	Виды и формы совместной образовательной	Индивидуальные	Целевые ориентиры
-----------------	------	---	----------------	-------------------

область. Цель. Задача.		деятельности	эталон усвоения и самостоятельная деятельность	(результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для становления целенаправленности саморегуляции в двигательной сфере в процессе занятий физической культурой. Задача: научить последовательным, целенаправленным действиям в двигательной сфере в процессе освоения элементарных программных элементов. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Тема первой недели «Ходьба. Прыжки. Бросание мяча». Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах личной гигиены спортсмена. Двигательная. Занятие1 Стр72. I часть. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками, ходьба и бег враспынную. II часть. ^ <i>Общеразвивающие упражнения с малым мячом</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу 2. Прыжки на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе (дистанция 10 м). (2 раза). 3. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге». Игровая. Подвижная игра «Ключи». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие2* Стр73. <i>Основные виды движений</i> 1. Равновесие — ходьба в колонне по одному по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (2-3 раза). 3. Эстафета с мячом. Занятие 3** Стр73.	Участие в беседе. Участие в ходьбе и беге. Выполнение движений по сигналу. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений по указанию педагога. Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову. Самостоятельное выполнение прыжков через скамейку. Самостоятельное выполнение упражнений с мячом. Участие в подвижных играх.	- ребенок участвует в беседе; - уверенно выполняет движения по сигналу; - удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом; - проявляет инициативу в коллективных подвижных играх.

Задачи. Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.		I часть. «Бегуны». II часть. <i>Игровые упражнения</i> Игра «Лягушки в болоте». «Мяч о стенку». Игровая. Игра «Совушка». III часть. Игра малой подвижности.		
--	--	--	--	--

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

Нумерация занятий: 3,4.

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 эффективных занятий на современном спортивном оборудовании. Задача: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом	Тема второй недели: «Прыжки. Перебрасывание. Ползание.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о выносливых и сильных людях спорта. Двигательная. Занятие 4. Стр74. I часть. Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег врассыпную. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с флажками</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. 2. Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя руками и ловля его после отскока от пола. 3. Ползание под шнур, не касаясь	Участие в беседе. Медленный бег (2 отрезка по 250 метров). Подскоки на месте (50 секунд). Подскоки в движении (1 минута). Прыжки на месте (50 – 55 раз).	- ребенок участвует в беседе; - самостоятельно выполняет двигательные упражнения на разных тренажерах; - проявляет волевые усилия при выполнении упражнений на выносливость.

Задачи. Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в		руками пола (сгруппироваться «в комочек»). Игровая. Подвижная игра «Затейники». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 5* Стр75. Основные виды движений 1. Прыжки через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам (длина шнура 3 м). По одной стороне дети прыгают на правой ноге, по другой — на левой (2—3 раза). 2. Переброска мячей (большой диаметр) в парах; способ по выбору детей. 3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (на ладонях и ступнях), «по-медвежьи» (2 раза). Занятие 6** Стр75. I часть. Игра с бегом «Мы — веселые ребята». II часть. Игровая. Игра «Охотники и утки». III часть. Игра «Тихо — громко».		
---	--	--	--	--

заданиях с мячом.				
-------------------	--	--	--	--

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)
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков. Задачи. Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение	Тема третьей недели «Метание. Лазание.Равновесие.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о безопасном поведении во время выполнения двигательных упражнений и заданий. Двигательная. Занятие 7. Стр76. I часть. Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полу приседе, руки на коленях; ходьба и бег враспынную. II часть. Общеразвивающие упражнения с палкой Основные движения 1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках («Кто быстрее»), 3. Равновесие — ходьба по	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение упражнений для ног. Самостоятельное метание мячей в горизонтальную цель. Пролезание в обруч в парах. Лазание по гимнастической стенке знакомым способом. Участие в подвижных играх.	- ребенок участвует в беседе; - проявляет волевые усилия при выполнении двигательных упражнений; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика.

равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Задачи. Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом		гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют (или руки на пояс). Игровая. Подвижная игра «Волк во рву». III часть. Ходьба в колонне по одному за волком, который поймал большее количество коз. Занятие 8* Стр78. <i>Основные движения</i> 1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. 3. Равновесие — ходьба между предметами (6—8 шт.; расстояние между предметами 40 см) «змейкой» с мешочком на голове. Занятие 9 ** Стр78. I часть. «Кто скорее до мяча». II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Пас ногой». «Ловкие зайчата». Игровая. Подвижная игра «Горелки». III часть. Игра «Эхо».		
--	--	---	--	--

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

Нумерация занятий: 10,11*,12**.

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

Задача.			самостоятельная деятельность	
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития физических качеств детей 6 – 7 лет в процессе игровой деятельности. Задача: развивать физические качества в процессе освоения основных программных навыков в процессе игровой деятельности. Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки Задачи. Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	Тема четвертой недели: «Лазание. Равновесие. Прыжки.»	Двигательная. Занятие 10.Стр78. I часть. Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу. II часть. Общеразвивающие упражнения <i>Основные движения</i> 1. Лазанье на гимнастическую стенку (2—3 раза). 2. Равновесие — ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи, разложенные на расстоянии одного шага ребенка, попеременно правой и левой ногой, руки за голову (2-3 раза). 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (кубики, набивные мячи, кегли; расстояние между предметами 40 см). Игровая. Подвижная игра «Совушка». III часть. Игра малой подвижности по выбору детей. Занятие 11* Стр80. <i>Основные виды движений</i> 1. Лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур (высота от пола 40 см). 2. Передача мяча — эстафета «Передача мяча в шеренге». 3. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. Занятие 12** Стр80. I часть. Игровое упражнение «Салки — перебежки». Повторить 2-3 раза.	Участие в игровой деятельности.	- ребенок имеет социальный опыт участия в коллективных подвижных играх и эстафетах.

		II часть. Игровые упражнения «Передача мяча в колонне». Игровая. Игра «Удочка» (с прыжками). III часть. Игра «Горелки».		
--	--	---	--	--

Апрель

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 формирования готовности к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми. Задача: формировать готовность к совместной двигательной деятельности со сверстниками и взрослыми в процессе занятий	Тема первой недели: Ходьба. Равновесие. Прыжки. Метание. Упражнения с мячом» Краткое содержание: - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Двигательная. Занятие 13 Стр81. I часть. Игра «Быстро возьми». Ходьба в колонне по одному, ходьба вокруг кубиков: бег; переход на ходьбу. II часть. Общеразвивающие упражнения с малым мячом <i>Основные виды движений</i> 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед. 3. Переброска мячей в шеренгах. Подвижная игра «Хитрая лиса». III часть. Ходьба в колонне по одному Занятие 14* Стр82. <i>Основные виды движений</i> 1. Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; на середине присесть, руки вынести вперед, подняться, не	Участие в разных видах ходьбы и бега. Выполнение общеразвивающих упражнений для рук и ног. Самостоятельное выполнение движений на равновесие. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с мячом в руках. Самостоятельное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. Самостоятельное выполнение прыжков с разбега. Прыжки через скамейку	- ребенок уверенно выполняет упражнения для рук и ног; - удерживает равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; - проявляет волевые усилия в прыжках и метании; - проявляет внимание и ловкость при выполнении упражнений с мячом.

физической культурой. Задачи. Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. Задачи. Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.		уронив мешочек, и пройти дальше. 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 3. Переброска мячей друг другу в парах (способ по выбору детей). Занятие 15**. Стр82. I часть. Игровое задание «Быстро в шеренгу». Повторить 3 раза. II часть. <i>Игровые упражнения.</i> «Перешагни — не задень». Игровая. Подвижная игра «Охотники и утки». III часть. Игра малой подвижности «Великаны и гномы».	с одной ноги на другую; на двух ногах. Метание набивного мяча. Самостоятельное ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину. Ведение мяча между предметами. Участие в подвижной игре.	
--	--	---	--	--

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 развития детских интересов, любознательности и познавательной мотивации в процессе занятий физической культурой.	Тема второй недели «Бег. Прыжки. Игры и упражнения с мячом» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о правилах поведения при выполнении двигательных заданий. Двигательная. Занятие 16 Стр83. I часть. Ходьба и бег в колонне по одному, переход на ходьбу по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу «Поворот!» ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с обручем.</i>	Участие в беседе. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение основных движений: бег на скорость (30 м), бег со средней скоростью на расстояние 100 м. Прыжки в длину с разбега.	- ребенок может поддерживать беседу; - проявляет волевые усилия в беге на скорость; - выполняет нормативы по прыжкам в длину с разбега; - проявляет ловкость при выполнении упражнений с мячом.

Задача: развивать детские интересы, любознательность в процессе занятий физической культурой Задачи. Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. Задачи. Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.		<i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки в длину с разбега. 2. Броски мяча друг другу в парах. 3. Ползание на четвереньках — «Кто быстрее до кубика». Игровая Подвижная игра «Мышеловка». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 17* Стр84. <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки в длину с разбега (энергичный разбег, приземление на обе ноги). 2. Эстафета с мячом «Передал — садись». 3. Лазанье под шнур в группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур. Занятие 18** Стр84. 1. часть. «Слушай сигнал». Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Поворот!» повернуть в другую сторону и продолжить ходьбу (поворот выполняется без остановки); бег врассыпную, на сигнал «Стоп!» остановиться. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. 2. часть. <i>Игровые упражнения</i> «Пас ногой». «Пингвины». Игровая Подвижная игра «Горелки». III часть. Ходьба в колонне по одному.	Прыжки через скакалку. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние -4 м); двумя руками от груди (расстояние - 4 м). Ведение мяча рукой. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. Участие в подвижной игре.	
---	--	--	--	--

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	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	---	-------------------------------

			деятельность	
Физическое развитие. Цель: создание условий для развития спортивного интереса к играм с мячом. Задача: развивать детские интересы в процессе знакомства со спортивными играми. Задачи. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Тема третьей недели «Метание. Ползание. Прыжки.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. «Баскетбол. Правила игры» Двигательная. Занятие 19 Стр85. I часть. Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному. По сигналу педагога перестроение в пары (колонна по два); ходьба колонной по одному; ходьба и бег врассыпную. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Метание мешочков на дальность — «Кто дальше бросит». 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. 4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед («Кто быстрее до предмета»). Игровая. Подвижная игра «Затейники». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 20* Стр86. <i>Основные движения</i> 1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами (расстояние между предметами 1 м). 3. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, на зад, скрестно (способ по выбору детей). Занятие 21 ** Стр86. I часть. Ходьба в колонне по одному; бег в	Участие в беседе. Освоение правил игры в баскетбол. Передача мяча друг другу. Перебрасывание мяча друг другу. Ловля мяча. Броски мяча в корзину двумя руками из — за головы. Ведение мяча одной рукой.	- ребенок знает правила игры в баскетбол; - проявляет терпение, выносливость, ловкость при освоении основных игровых движений.

Задачи. Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.		колонне по одному. «Перебежки». II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Пройди — не задень». Повторить 2—3 раза. «Кто дальше прыгнет». и левой ногой (расстояние 1,5—2 м). «Поймай мяч». Игровая. Подвижная игра малой подвижности «Тихо — громко». 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. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие. Цель: создание условий для проведения детских спортивных игр и эстафеты. Задача: закрепить основные двигательные умения и навыки в процессе проведения спортивных игр и эстафеты. Задачи. Повторить	Тема четвертой недели «Прыжки. Равновесие. Броски.» Краткое содержание: - коммуникативная деятельность; - двигательная деятельность; - игровая деятельность.	Коммуникативная. Беседа. «Любимые подвижные игры» Двигательная. Занятие 22. Стр87. I часть. Игровое задание «По местам». Игра повторяется 2—3 раза. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Бросание мяча в шеренгах. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Равновесие — ходьба на носках между предметами с мешочком на голове (5—6 предметов; расстояние между предметами 40 см). Игровая. Подвижная игра «Салки с ленточкой». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 23* Стр88.	Участие в беседе. Участие в игровой двигательной деятельности.	- ребенок с интересом участвует в коллективных подвижных играх и эстафетах; - умеет подчиняться правилам и социальным нормам.

ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом Задачи. Повторить игровое упражнение с ходьбой и бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.		<i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно (5-8 шнуров) ; Повторить 2—3 раза. 2. Переброска мячей друг другу в парах (способ произвольный). 3. Игровое упражнение с бегом «Догони пару». Занятие 24** Стр88. I часть. Дети идут в колонне по одному. На сигнал педагога «Ров справа!» выполняют поворот направо и прыгают вперед. Ходьба и бег врассыпную. II часть. Игровые упражнения Игровые упражнения с мячом «Передача мяча в колонне» (передача мяча двумя руками назад); Игровая. Подвижная игра «Лягушки в болоте» (с прыжками). Подвижная игра «Горелки». III часть. Игра малой подвижности «Великаны и гномы».		
---	--	---	--	--

Май

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

Нумерация занятий: 25,26*,27**.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
Физическое развитие	Тема первой недели	Двигательная.	Выполнение заданий	- ребенок свободно

Цель: создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств с учетом требований. Задачи. Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку Задачи. Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность	«Прыжки. Равновесие. Броски.» Краткое содержание: - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Занятие 25 Стр88. I часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя пере строение в пары по ходу движения (без остановки); бег врассыпную. II часть. Общеразвивающие упражнения с обручем <i>Основные движения</i> 1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. В конце скамейки сойти, не прыгая. 2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед (дистанция 10 м). 3. Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием. Повторить 2-3 раза. Игровая. Подвижная игра «Совушка». III часть. Игра малой подвижности «Великаны и гномы». Занятие 26* Стр89. <i>Основные виды движений.</i> 1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись, помогая друг другу; затем продолжить ходьбу по скамейке, сойти с нее в конце, не прыгая. 2. Броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками. 3. Прыжки на двух ногах между предметами. Занятие 27** Стр90. I часть. Ходьба в колонне по одному, переход на бег в среднем темпе (продолжительность до 2 минут); переход	педагога. Участие в подвижной игре.	ориентируется и выполняет разные виды ходьбы: в колонне по одному, парами, тройками, в круге, в шеренге, по гимнастической скамейке; - освоил элементарные виды бега: легко, медленно, быстро (стремительно), через препятствия, спиной вперед, с сохранением направления и равновесия; - умеет бегать из разных стартовых позиций; - слышит и выполняет указания педагога.
---	--	--	--	--

движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом		на ходьбу; повторить бег. II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Пас на ходу». Повторить 2-3 раза. «Брось — поймай». Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о землю (пол) одной рукой и ловя мяч двумя руками. Прыжки через короткую скакалку. Упражнения по передаче мяча ногами с элементами футбола. III часть. Игра по выбору детей. 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. 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 двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на	Тема второй недели «Прыжки. Ведение. Подлезание.» двигательная деятельность; - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Занятие 28 Стр90. I часть. Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу педагога; ходьба и бег врассыпную. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с мячом (большой диаметр)</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки в длину с места. 2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом (дистанция 6-10 м). 3. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь	Выполнение заданий педагога. Участие в подвижной игре. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды прыжков: прыжки на двух ногах на месте, прыжки с поворотом кругом, прыжки боком с зажатым между ног мячом, прыжки с продвижением вперед на 5 – 6 метров, прыжки в длину с места (85– 95 сантиметров). Прыжки в длину с разбега (160сантиметров), прыжки в высоту с разбега (45 – 50 сантиметров), прыжки через короткую и длинную скакалку, прыжки через обруч;

развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом Задачи. Упражнять детей ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.		верхнего края обруча (3—4 раза). Игровая. Подвижная игра «Горелки». III часть. Игра малой подвижности «Летает — не летает». Занятие 29* Стр91. <i>Основные виды движений</i> 1. Прыжки в длину с разбега. (5-6 раз). 2. Метание мешочков в вертикальную цель. 3. Равновесие — ходьба между предметами с мешочком на голове. Занятие 30** Стр92. I часть. Ходьба в колонне по одному, ходьба с высоким подниманием колен (как петушки) в медленном темпе; ходьба мелким, семенящим шагом, руки на поясе (как мышки) в чередовании; бег врассыпную. II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Ловкие прыгуны». «Проведи мяч». Игровая. Игра «Мышеловка». III часть. Ходьба в колонне по одному Трудовая. Уборка инвентаря.		- ребенок проявляет двигательную активность при выполнении прыжков; - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).
---	--	--	--	---

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

Нумерация занятий: 31,32*,33**.

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 двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге врассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в ходьбе и беге врассыпную; повторить задания с мячом и прыжками.	Тема третьей недели «Равновесие. Ползание. Метание. « Краткое содержание: двигательная деятельность - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Двигательная. Занятие 31 Стр90. I часть. Стр92. Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении (без остановки); ходьба и бег врассыпную. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения</i> . <i>Основные движения</i> 1. Метание мешочков на дальность. 2. Равновесие — ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову. 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках (2 раза). Игровая. Подвижная игра «Воробы и кошка». III часть. Ходьба в колонне по одному. Занятие 32* Стр93. <i>Основные виды движений</i> 1. Метание мешочков на дальность правой и левой рукой — «Кто дальше бросит». 2. Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола, в группировке. 3. Равновесие — ходьба между предметами на носках с мешочком на голове. Занятие 33** Стр93. I часть. Ходьба в колонне по одному - бег между кубиками (расстояние между кубиками 50 см) — в чередовании (2-3 раза). Ходьба и бег врассыпную. II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Мяч водящему». «Кто скорее до кегли».	Выполнение заданий педагога. Уборка инвентаря.	- ребенок выполняет разные виды ползания и лазания: на четвереньках по гимнастической скамейке, ползание на животе, спине, подтягивание руками, лазание по веревочной лестнице, переход с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; -успешно справляется с заданиями по ловле и бросанию мяча, метанием в горизонтальную и вертикальную цели. - доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора). - может адекватно оценить свои успехи и успехи своих товарищей.
--	--	--	--	---

		Игровая. Подвижная игра «Горелки». III часть. Ходьба в колонне по одному. Трудовая. Уборка инвентаря		
--	--	---	--	--

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

Нумерация занятий: 34,35*,36**.

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 двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. Задача: закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в	Тема четвертой недели: «Прыжки. Равновесие. Лазанье.» Краткое содержание: двигательная деятельность - игровая деятельность; - трудовая деятельность.	Коммуникативная. Беседа о помощи и взаимодействии в игре. Двигательная. . Занятие 34. Стр95. I часть. Ходьба в колонне по одному; на сигнал «Аист!» «Лягушки!» «Мышки!». Ходьба и бег врассыпную. II часть. <i>Общеразвивающие упражнения с палками</i> <i>Основные виды движений</i> 1. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, ходьба по рейке (четвертая рейка) и спуск вниз. 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, расставленные на расстоянии двух шагов ребенка (руки за головой или на пояс). 3. Прыжки на двух ногах между кеглями (5—6 шт.; расстояние между кеглями 40 см), поставленными в две линии (руки произвольно). Игровая. Подвижная игра «Охотники и утки».	Участие в беседе. Выполнение вместе с педагогом (инструктором) игровых упражнений. Участие в эстафетах. Уборка инвентаря.	- ребенок проявляет активный интерес к совместным игровым действиям; - ребенок доброжелательно относится к сверстникам и взрослым; - выполняет указания педагога (инструктора).

лазаны на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках Задачи. Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.		III часть. Игра малой подвижности «Летает — не летает». Занятие 35* Стр96. <i>Основные виды движений</i> 1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках — «по- медвежьи» (2 раза). 2. Прыжки между предметами на правой и левой ноге (2-3 раза) 3. Равновесие — ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове. Занятие 36** Стр96. I часть. «По местам». II часть. <i>Игровые упражнения</i> «Кто быстрее». «Пас ногой». Игровая. Подвижная игра «Не оставайся на земле». III часть. Игра малой подвижности по выбору детей. Трудовая. Уборка инвентаря		
---	--	---	--	--

Подвижные игры в повседневной жизни для детей 6-7 лет (рекомендации воспитателям)**Июнь — июль — август**

В летний период физкультурные занятия проводятся чаще всего на площадке детского сада. Летом появляются большие возможности для игровых упражнений с мячом, скакалками, игровых заданий с бегом. На площадке меньше пространственных ограничений, что обеспечивает большую свободу в действиях детей, позволяет значительно улучшить технику выполняемых упражнений и в целом повысить физическую подготовленность дошкольников. Немалую роль играет и оздоровительный эффект, обеспечиваемый при

проведении игровых упражнений и подвижных игр на свежем воздухе. Для проведения занятий летом воспитатель может использовать весь материал по развитию движений, пройденный в течение осеннего, зимнего и весеннего периодов. При проведении занятий используются игровые упражнения с элементами футбола, игровые упражнения с воланом и ракеткой (бадминтон), игровые упражнения в лесу и на лужайке, игры и забавы на воде.

Игровые упражнения с мячом (с элементами футбола) Правила игры в футбол просты и понятны — забить как можно больше мячей в ворота противоположной команды. Для игры в футбол необходимы скорость, ловкость, координация движений, умение ориентироваться в пространстве. Футбол — игра коллективная, поэтому важны умение сделать своевременный пас мяча друг другу, взаимовыручка, помощь и т. д. В старшем дошкольном возрасте дети овладевают прежде всего элементами игры в футбол, действуя индивидуально, в парах, небольшими группами.

«*Мяч в стенку*». Играющие располагаются перед стенкой (заборчиком) на расстоянии 3 м от нее. У каждого ребенка мяч, который он в произвольном темпе отбивает о стенку попеременно правой и левой ногой.

«*Ловкие ребята*». Играющие располагаются парами по всей площадке. У каждой пары один мяч. Расстояние между детьми 2 м. Задание: посылать партнеру мяч правой и левой ногой поочередно.

«*Обведи точно*». По всей площадке расставлены различные предметы (кубики, набивные мячи). Ребенок обводит мяч вокруг предметов правой и левой ногой, не отпуская его далеко от себя.

«*Гол в ворота*». С помощью нескольких кубиков обозначаются ворота. На исходную линию (расстояние от ворот 5 м) по очереди выходят игроки и стараются точным движением ноги (правой или левой) забить мяч в ворота. «*Сбей предмет*». На расстоянии 4 м от исходной черты на одной линии ставят кегли. Задание: после небольшого разбега ударом по мячу сбить предмет.

«Точный пас». Играющие распределяются на пары. У каждой пары один мяч. Дети передвигаются с одной стороны площадки на другую, отбивая мяч друг другу правой и левой ногой попеременно.

«Быстрый пас». Играющие становятся полукругом (небольшая группа, расстояние между игроками 2 м), перед ними водящий с мячом. Он быстрым и точным движением отбивает мяч ногой первому игроку, а тот таким же движением возвращает мяч и т.д. Затем водящий меняется местами с первым игроком команды. Упражнение повторяется с другим водящим.

«Ловко и быстро». Играющие шеренгой ведут мяч в беге на другую сторону площадки, слегка подбивая его то правой, то левой ногой так, чтобы он далеко не откатывался. «Пас по кругу». Играющие стоят по кругу (небольшая группа детей) и, прокатывая, отбивают мяч, посылают его друг другу несильным, но точным движением правой или левой ноги.

«Пас в кругу». Играющие стоят по кругу, в центре педагог с мячом. Он посылает мяч детям поочередно. Получив мяч, ребенок останавливает его и таким же движением посылает обратно педагогу.

«Пас в тройке». Дети становятся тройками на расстоянии 2 м друг от друга. У одного игрока мяч. Играющие передают мяч вправо по кругу одной ногой, затем влево, и так несколько раз.

«Попади в ворота». Дети ведут мяч с одной стороны площадки на другую до обозначенной линии (дистанция 10 м) и, не доходя 2 м до ворот, стараются забить мяч в ворота.

Игровые упражнения с воланом и ракеткой (бадминтон) Детям старшего дошкольного возраста доступны игры с воланом и ракеткой, которые развивают двигательные качества — ловкость, быстроту, координацию движений и т. д. Для разнообразных упражнений и игр с воланом используются детские ракетки.

Следует показать и объяснить детям, как нужно держать ракетку (как молоток для забивания гвоздей), не напрягая пальцы рук, не изменяя способ хвата ракетки во время удара по волану. Прием волана на ракетку осваивается детьми несколько легче, чем подача. Исходное положение для подачи: ноги слегка расставлены, левая нога ставится примерно на шаг вперед, волан держать за оперение левой рукой, а правую руку с ракеткой отвести немного назад и вниз. Далее следует замах и удар по волану. Следует объяснить детям, что для точности удара волан надо отбивать не серединой ракетки, а ее верхним краем, тогда промахов будет меньше. В процессе разучивания игровых упражнений с ракеткой и воланом индивидуально, в парах и группах педагог следит за техникой и правилами выполнения, уточняет, как нужно держать ракетку и ударять по волану, чтобы он летел в нужном направлении. Игры с ракеткой и воланом лучше проводить в безветренную погоду.

«Не урони». Играющие становятся в круг (полукруг) или шеренгу. Ноги слегка расставлены, в руках у каждого ребенка волан. Задание: подбросить волан вверх одной рукой и поймать его в воздухе.

«Перебрось — поймай». Подбрасывание волана одной рукой и ловля его другой, стоя на месте и в движении (на небольшое расстояние).
«Волан навстречу». Дети стоят в двух шеренгах; расстояние между шеренгами 2 м на расстоянии вытянутых в сторону рук друг от друга. У каждого ребенка волан. По сигналу педагога каждый ребенок перебрасывает волан стоящему напротив ребенку. Главное — чтобы воланы не падали и не сталкивались при переброске.

«Забрось в кольцо». Играющие становятся в колонну по одному (группа из 4—6 детей) перед баскетбольным кольцом (высота от пола 2 м). У каждого ребенка волан. По сигналу педагога первый в колонне ребенок подходит к кольцу и бросает волан снизу вверх правой (левой) рукой, стараясь попасть в кольцо.

«Отрази волан». Дети встают в два полукруга на расстоянии одного шага друг от друга. У каждого ребенка ракетка. Выбирается водящий; он становится перед играющими и поочередно бросает им волан, а те отбивают его. Через некоторое время выбирается другой водящий.
«Подбей волан». Дети становятся в круг (полукруг). У каждого игрока ракетка и волан. Дети подбрасывают волан ракеткой, стараясь ударить как можно большее количество раз и не дать волану упасть на землю.

«Пройди — не урони». Играющие становятся в шеренгу. У каждого ребенка волан и ракетка. По команде педагога дети подбрасывают волан ракеткой, передвигаясь вперед шагом. Темп произвольный.

«Волан через сетку». На середине площадки (зала) на высоте 120 см от пола натягивается сетка (или шнур). Играют две команды по 5—6 человек. Игроки встают по обе стороны от сетки. Дети из одной команды подают волан (3—4 раза), а ребята из второй команды отбивают волан на противоположную сторону через сетку. Затем команды меняются ролями.

Игровые упражнения на летних площадках— отличное место для проведения игровых упражнений, игр и забав. Дети находятся в окружении природы, на воздухе; через ветки, канавки, листья можно прыгать, на пеньки взбираться, на деревья лазать, по сваленным деревьям ходить, как по спортивному бревну, упражняясь в равновесии, шишки и камешки — бросать на дальность.

«Прыжки через шишки». Из шишек выкладывают несколько полосок, последовательно увеличивая расстояние между ними, например, от первой до второй 40 см, до третьей — 50 см, до четвертой — 60 см. Место должно быть ровным, без коряг и впадин. Дети по очереди прыгают через шишки.

«Прыжки по кругу». Из шишек выкладывается круг, детям предлагается задание в прыжках по кругу на двух ногах, затем на правой и левой ноге в обе стороны.

«От дерева до дерева». Проводится соревнование: кто, совершив наименьшее количество прыжков (на двух ногах или на одной), доберется до обозначенного предмета.

«Сильные и ловкие». Выбирается наклонное дерево, не очень толстое, чтобы его можно было обхватить руками. Задание: подтянуться, зацепиться за дерево руками и ногами и в этом положении передвигаться по дереву, затем повиснуть и спрыгнуть вниз. Упражнения выполняют дети с хорошей физической подготовкой. Страховка воспитателем обязательна. Если ребенок отказывается выполнять данное упражнение, то принуждать его не следует.

«Кто дальше бросит». Для метания используют шишки, камешки. Ориентиры определяются заранее. Дети должны находиться во время упражнения только на исходной линии и позади нее (это обязательное условие во избежание травм). В лесу и на лужайке дети постоянно должны находиться в поле зрения педагога (необходим неукоснительный контроль).

Плавание, игровые упражнения и забавы на воде.

Плавание, игры и развлечения на воде способствуют закаливанию и укреплению здоровья детей. Плавание — жизненно важный навык, который сохраняется на всю жизнь. Главное условие при обучении детей плаванию — не оставлять их без присмотра буквально ни на секунду; даже если дети умеют плавать контроль взрослых обязателен. Для занятий со старшими дошкольниками глубина водоема составляет не более 80 см. Для плавания и игр на воде используются резиновые надувные мячи, круги, игрушки, плавательные доски, канаты и веревки. Дети могут освоить разнообразные упражнения: выдохе воду, скольжение на груди и на спине, движения ногами.

Прежде всего нужно научить детей уверенно входить в воду. Если ребенок с опаской смотрит по сторонам и не хочет самостоятельно входить в воду, надо предложить ему повернуться спиной к воде, взять его за обе руки и вместе с ним войти в воду, все время подбадривая его. Затем предложить неспешным, плавным движением погрузиться в воду по пояс, по шею. Следующий этап — погружение в воду с головой — выполняется с задержкой дыхания на вдохе. Но сначала необходимо научить детей (лучше на берегу) плотно закрывать рот и задерживать дыхание на вдохе. Психологически очень важно, чтобы ребенок в первый раз окунулся с головой в воду совершенно самостоятельно (естественно, при страховке взрослого). Ни в коем случае нельзя насильно заставлять ребенка выполнять упражнение, иначе у него надолго может пропасть желание заниматься в воде. Последовательность и постепенность упражнения состоит в следующем: ребенок брызгает водой себе в лицо, затем погружается до уровня подбородка, до уровня носа, до уровня глаз и, наконец, окунает все лицо. Для большей уверенности вначале следует выполнять упражнение в паре со взрослым.

«Фонтан». Играющие образуют круг, держась за руки (на мелком месте). По сигналу педагога дети садятся на дно и, опираясь руками сзади (упор на предплечья), выпрямляют ноги. На следующий сигнал все одновременно двигают ногами вперед-вверх, образуя фонтан брызг (дыхание равномерное). Количество участников игры — не более 5-6 человек.

«*Поплавок*». После глубокого вдоха дети приседают, энергично оттолкнувшись от дна, одновременно прижимают голову и колени к груди (при этом обхватывая голени) и всплывают на поверхность.

«*Море волнуется*». Играющие становятся в круг по пояс в воде. По сигналу педагога «Море волнуется!» дети передвигают руками в воде вверх-вниз (колени чуть согнуты). На сигнал «Море спокойное!» — пауза. И так несколько раз подряд.

«*Качели*». Дети распределяются на пары и, стоя лицом друг к другу, берутся за

руки. На сигнал педагога по очереди выполняют приседания в воде (без погружения в воду с головой).

«*Уточки*». Дети становятся в колонну друг за другом и передвигаются вдоль берега, покачиваясь с боку на бок и хлопая по воде руками — изображая уток.

«*Буксир*». Дети распределяются на пары. Один ребенок идет по дну, повернувшись спиной и держа за руки другого ребенка, лежащего на воде, — тянет буксир.

«*Катание на кругах*». Ребенок садится или ложится на надувной круг, и катается на нем как на лодочке, подгребая руками. Заплывать за условную линию не разрешается. Дети должны быть в поле зрения педагога. При проведении игр и забав на воде можно придумывать различные варианты упражнения. Главное — они должны быть интересными, доступными и посильными для старших дошкольников.