

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 536
620137, г.Екатеринбург, ул.Менделеева, 14А, тел./факс (343) 341-77-55
e-mail: mdou536@eduekb.ru; <http://536.tvoysadik.ru>

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

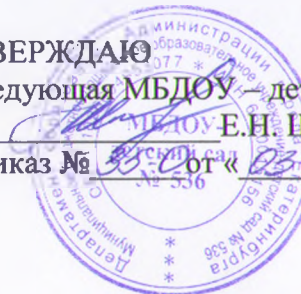
Протокол № 1 от « 03 » 09 2020г

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МБДОУ – детский сад № 536

Шандарова Е.Н.

Приказ № 38 от « 03 » 09 2020г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по реализации образовательной области «Физическое развитие»

(3-7 лет)

Составитель: Устьянцева Ирина Геннадьевна
инструктор по физической культуре
высшая квалификационная категория

г. Екатеринбург, 2020

Содержание

I раздел. Целевой

- 1.1. Пояснительная записка.....3
- 1.2. Планируемые результаты.....11

II раздел. Содержательный

- 2.1 Основные направления работы по образовательной области «Физическое развитие».....22
- 2.2. Режим двигательной активности26
- 2.3. Примерная система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.....42
- 2.4. Формы и методы работы с родителями.....45
- 2.5. План работы с педагогами.....49

III раздел. Организационный

- 3.1. Материально-техническое оснащение.....52
- 3.2. Учебно-методическое обеспечение.....54
- 3.3. Расписание НОД.....58
- 3.4. Комплексно-тематический план59

I раздел. Целевой

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека.

Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье.

Сущность общеразвивающей и коррекционно-педагогической работы в условиях дошкольного учреждения заключается в формировании гармонично развитой личности.

Существенный вклад в достижении данной цели вносит физическое воспитание детей.

Средства физвоспитания требуют учета специфики и организации мероприятий, направленных на охрану здоровья детей, повышение сопротивляемости к болезням, развитие физической закалки, движений с учётом психических и физических возможностей каждого ребёнка.

Работа по физвоспитанию осуществляется по следующим направлениям:

- Сохранение и укрепление здоровья
- Развитие основных физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости.
- Обучение жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам.

Физическое воспитание в ДОУ осуществляется на основе «Основной общеобразовательной программы дошкольного образования МБДОУ № 536». Дополнительными программами являются: «Мы живем на Урале» авторы Толстикова О.В., Савельева О.В., методическое пособие «Подвижные игры Урала».

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в ДООУ, возрастных особенностей детей. Она реализуется посредством основной общеобразовательной программы МБДОУ и в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17.10.2013 №1155;
- Приказ 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 2013 г. № 1014;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" от 15.05.2013 № 26 (с изм. от 04.04.2014)
- Образовательная программа МБДОУ

Цель программы – гармоничное физическое развитие, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, формирование основ здорового образа жизни.

Задачи (по ФГОС ДО):

1. Обеспечение условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими возможностями
2. Формирование интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.
3. Рациональная организация двигательной активности детей; развитие двигательных навыков и способностей; формирование правильной осанки.
4. Формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, овладение элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.
5. Создание оздоровительного микроклимата, соответствующей фито среды, развивающей предметно-пространственной среды, стимулирующей двигательную активность ребёнка.

Задачи воспитания и обучения части, формируемой участниками образовательных отношений

1. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.
2. Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.
3. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условиях.

Решение образовательных задач предусматривает:

- учет интересов, склонностей, способностей детей к двигательной деятельности;
- формирование подгрупп детей на основе состояния их здоровья и темпов физического развития, их функционального состояния в соответствии с медицинскими показаниями;
- варьирование нагрузки и содержания занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка (используют физические упражнения в различных вариантах и сочетаниях, различные исходные положения - сидя, стоя, лежа и т.п.);
- создание условий для проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, инициирование самостоятельности и активности детей в здоровье сберегающем поведении;
- обсуждение правил и способов безопасного поведения в быту, природе, на улице, в городе, в общении с незнакомыми людьми;
- показ приемов оказания элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания;
- ознакомление с правилами обращения за помощью в опасных ситуациях, номер телефона вызова экстренной помощи;
- использование авторских и народных (традиционных) детских игр, приуроченных к разным временам года; организацию участия детей в празднично-игровых забавах, игрищах, спортивных игровых соревнованиях;
- расширение репертуара традиционных игр, развивающих не только ловкость, быстроту реакции, но и систему взаимодействия играющих, понимание ситуации, смекалку;
- стимулирование ребенка к самовыражению и импровизации;
- использование выразительно - отобразительных средств, с помощью которых можно передать характер движений, отношение к самому себе и к миру - плавные, сильные, охранительные, точные, согласованные и т.п.;

- включение проектировочных и регулирующих действий, проектирования последовательности в выполнении замысла;
- включение движения, создающего художественный, выразительный образ - в пластике, подвижных играх и т.п.;
- включение регулятивных движений обеспечивающих смену активных движений и отдыха, двигательной активности, способов саморегуляции (смена настроений через образы, игру, изменение движений в пространстве - бег, ходьба, лазание, метание и т.п.); корректирующих движений - состояния организма, тела, положения, осанку (арттерапия, изменение характера действий, составляющих основной вид движения, метание, прыжки и т.п.) и т.д.; релаксирующих – расслабляющих (медитация, дыхание, ароматерапия, хромотерапия), восстанавливающих движений - физические упражнения (силовые - метание, перетягивание и т.п., скоростные - бег, ходьба и т.п., ориентировочные - лазание, подлезание, прыжки и т.п.);
- обеспечение связи характера движений, конкретной жизненной ситуации и состояния своего здоровья ребенка;
- обсуждение правил безопасной организации двигательной активности;
- упражнения, подвижные игры народов Урала, использование их в самостоятельной и совместной с другими деятельности;
- обсуждение с ребенком опасности вредных привычек, ситуаций, угрожающих жизни и здоровью человека;
- постоянное привлечение внимания ребенка к разнообразным сложным физическим упражнениям как особому объекту познания;
- использование измерительных приборов для выявления вместе с детьми их физических возможностей: кистевых динамометров, линеек, спирометра и других, обсуждение результатов и побуждение к физическому совершенствованию;

- интеграцию организационных форм двигательной деятельности детей: метод диалога, дидактические и подвижные игры, игровые задания, народные игры, среда двигательной активности.

Основные принципы программы:

- 1) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- 2) содействие и сотрудничество со всеми участниками образовательного процесса;
- 3) поддержка инициативы детей во время образовательной деятельности по физическому развитию
- 4) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка;
- 5) возрастная адекватность – соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития;
- 6) учет этнокультурной ситуации развития детей

Система работы по физвоспитанию включает в себя три направления:

- с детьми,
- с родителями,
- с педагогами ДОУ.

Непосредственно образовательная деятельность (НОД) – основная форма организации физвоспитания дошкольников. НОД проводятся 3 раза в неделю (2 раза в зале, 1 раз на улице).

Количество групп, в которых проводится НОД по физическому развитию – 11.

Младший возраст (3-4 г) – 15 минут

Средний возраст (4-5 л) – 20 минут

Старший возраст (5-6 л) – 25 минут

Подготовительный к школе возраст (6-7 л) – 30 минут.

Педагогические технологии, используемые в 2019-2020 учебном году:

- *Здоровье сберегающие технологии* - (подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика ортопедическая, технологии воздействия цветом, психогимнастика);
- *профилактические* (организация мониторинга здоровья дошкольников разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья, физического развития дошкольников, закаливания, организация профилактических мероприятий в детском саду)
- *физкультурно-оздоровительные* (использование нетрадиционного спортивного инвентаря и оборудования, проведение нетрадиционной утренней гимнастики для развития двигательной самостоятельности дошкольников, освоение и внедрение технологии «Са-Фи-Дансе»);
- *эмпатии* (использования мягких игрушек на физкультурных занятиях, цветных пластиковых шариков, музыкальных подборок);
- *информационно-коммуникативные* (подобрать иллюстративный материал к занятиям, информационный материал для оформления стендов, папок-передвижек (сканирование, Интернет; принтер, презентация);
- *проектная* – три краткосрочных проекта: «Подвижные игры народов Южного Урала», «Са-Фи-Дансе для детей дошкольного возраста», «Патриотическое воспитание детей дошкольного возраста через физкультурные занятия».

1.2. Планируемые результаты

Результатом реализации учебной рабочей программы по физическому развитию дошкольников следует считать:

- Сформированность у детей интереса к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками.
- Укрепление здоровья детей.
- Сформированность правильной осанки у каждого ребенка.
- Сформированность у детей потребности в разных видах двигательной деятельности.
- Уменьшение числа простудных и инфекционных заболеваний.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (ФГОС ДО):

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, физическом развитии и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

Целевые ориентиры образовательной деятельности части, формируемой участниками:

- ребенок проявляет интерес к подвижным и спортивным народным играм, традиционным для Урала;
- ребенок проявляет инициативность в общении с другими детьми и взрослым во время участия в народных подвижных играх;
- ребенок проявляет интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения;
- ребенок стремится соблюдать элементарные правила здорового и безопасного образа жизни;
- ребенок имеет элементарные представления о том, что такое здоровый человек, что помогает нам быть здоровыми;
- ребенок с интересом изучает себя, наблюдает за своим здоровьем;

- ребенок проявляют стремление узнавать от взрослого некоторые сведения о своем организме, о функционировании отдельных органов;
- ребенок прислушивается к взрослому при объяснении причин возникновения опасных ситуаций, подтверждает согласие, понимание, проявляет стремление выполнять правила безопасного поведения;
- ребенок отражает в подвижных играх различные образы, проявляет интерес к обыгрыванию действий сказочных персонажей, героев детских стихов, песен;
- ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности (видоизменяет физические и спортивные упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, выразительно передает образы персонажей в народных подвижных играх).

Формы совместной образовательной деятельности с детьми:

- подвижная игра;
- спортивное упражнение;
- развивающая ситуация;
- игра-экспериментирование;
- игра-история;
- игра-путешествие;
- дидактическая игра;
- проблемные игровые ситуации связанные с безопасной жизнедеятельностью человека;

- увлекательные конкурсы;
- игровые познавательные ситуации;
- беседа;
- ситуационная задача;
- чтение народных потешек и стихотворений;
- экскурсия;
- простейшая поисковая деятельность;
- обсуждение опасных для здоровья и жизни ситуаций;
- совместная выработка правил поведения;
- простейшая проектная деятельность;
- коллекционирование, выставка полезных предметов (для здоровья);
- оформление рисунков, изготовление поделок по мотивам потешек, стихотворений;
- иллюстрирование простейших загадок (отгадок к ним);
- обсуждение с ребенком особенностей поведения в быту, в детском саду, на улице, на дороге, в транспорте;
- сюжетно-ролевая игра;
- образная игра-импровизация.

Планируемые результаты по образовательной области «Физическое развитие»:

младший дошкольный возраст (3-4 года)

Достижения ребенка (Что нас радует)

- ✓ Ребенок гармонично физически развивается, с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- ✓ Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями.
- ✓ При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- ✓ Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- ✓ С большим желанием вступает в общение с другими детьми и с воспитателем при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх.
- ✓ Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- ✓ Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден.
- ✓ Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании).
- ✓ Не умеет действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений.
- ✓ Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.
- ✓ Не желает вступать в общение с воспитателем и другими детьми для выполнения игровых физических упражнений и участия в подвижных играх, не инициативен, его результаты ниже минимальных.

Средний дошкольный возраст (4 - 5 лет)

Достижения ребенка (Что нас радует)

- ✓ Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- ✓ Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.
- ✓ Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- ✓ Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.
- ✓ Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.
- ✓ Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.
- ✓ Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- ✓ Ребенок имеет отклонения в состоянии здоровья, часто болеет. Его двигательный опыт (объем основных движений) беден.
- ✓ Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.
- ✓ Затрудняется в оценке движений других детей, выделении их ошибок, нарушении правил в играх. Сам нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует.
- ✓ Движения недостаточно координированы, быстры. Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости. Не всегда уверенно и активно свободно ориентируется в пространстве.
- ✓ Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо.
- ✓ Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Самостоятельная двигательная деятельность не разнообразна. Ребенок не всегда самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, редко проявляет творчество, инициативность, не контролирует правила.

Старший дошкольный возраст (5 - 6 лет)

Достижения ребенка (Что нас радует)

- ✓ Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
- ✓ В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- ✓ В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- ✓ Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- ✓ Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.
- ✓ В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- ✓ Ребенок имеет отклонения в состоянии здоровья. Его двигательный опыт беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений).
- ✓ В двигательной деятельности затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности.

- ✓ Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.
- ✓ Ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры.
- ✓ Слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений. Не может составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

Подготовительный к школе возраст (6 - 7 лет)

Достижения ребенка (Что нас радует)

- ✓ Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.
- ✓ Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- ✓ Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- ✓ Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- ✓ Ребенок имеет отклонения в состоянии здоровья.

- ✓ В двигательной деятельности затрудняется в проявлении быстроты, ловкости, выносливости, силы и гибкости.
- ✓ Ребенок допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке.
- ✓ Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности.
- ✓ Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении.

Система мониторинга должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей.

Система мониторинга содержит уровни освоения программы для всех возрастных групп и по всем образовательным областям.

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (инструкторам по физической культуре) в соответствии с реализуемой Программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)

В качестве тестовых заданий предлагаются:

- Бег на скорость 10 м., 30 м.
- Прыжок в длину с места
- Прыжок в высоту
- Метание на дальность
- Наклон вперед ниже уровня скамейки

- Бег на выносливость (100 м, 200 м, 300 м, 1000 м – в зависимости от возрастной группы)

По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа.

II раздел. Содержательный

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие»

- **Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).**

- Общеразвивающие упражнения. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Упражнения в равновесии. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Броски, ловля, метание. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

- **Накопление и обогащение двигательного опыта детей**

- Овладение основными видами движений: ходьба, бег, ползание и лазание, прыжки. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Совершенствование и автоматизация основных видов движений. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

- Выполнение имитационных движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Выполнение упражнений на образное перевоплощение. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Выполнение статических поз. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Имитация движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- **Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании**
- Развивающие подвижные игры. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Подвижные игры с правилами и сигналами. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)
- Ориентировка в пространстве. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Движение под музыку. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)
- Танцевальные упражнения. (Направления образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки», «Приобщение к физической культуре».)

Формы совместной образовательной деятельности с детьми части, формируемой участниками образовательных отношений:

- дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру спортивного упражнения;
- выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Обереги здоровья», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) и др.;
- стихи, пословицы, поговорки о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды и др.;
- создание чудесной книги здоровья, книги витаминов;
- образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы;
- создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позволяющих закрепить представления о правилах безопасного поведения;
- тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);
- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спортсменах родного города (села), края;
- обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;

- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;
- подвижные игры народов Урала;
- устное народное творчество;
- ходьба на лыжах;
- катание на коньках;
- катание на санках;
- скольжение;
- элементы спортивных игр;
- краткосрочные, длительные проекты.

Учебный план

Возраст	Количество НОД в неделю	Время НОД	Разминка	ОРУ	ОВД	Подвижные игры	Релаксация, психогимнастика
3-4 г	3	15 мин	2 мин	3 мин	4 мин	4 мин	2 мин
4-5 лет	3	20 мин	2 мин	4 мин	7 мин	4 мин	3 мин
5-6 лет	3	25 мин	3 мин	5 мин	9 мин	5 мин	3 мин

6-7 лет	3	30 мин	4 мин	6 мин	10 мин	7 мин	3 мин
----------------	----------	---------------	--------------	--------------	---------------	--------------	--------------

2.2.Режим двигательной активности в МБДОУ

При составлении режима двигательной активности учитывается соотношение времени на проведение режимных моментов, организованную и самостоятельную деятельность детей. Режим составляется с учетом обеспечения благоприятных условий для здоровья детей и предусматривает ориентацию на возрастные физические и психологические особенности детей.

Режим двигательной активности детей младшего дошкольного возраста (3 - 4 года)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурно-оздоровительные мероприятия по совместной деятельности педагогов с детьми							
1. Утренняя гимнастика:	7.55 (спортивный зал, улица)						
- Группа детей 3 – 4 лет		5 мин.	5	5	5	5	5
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Динамические часы	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15

4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
6. Специально организованное закаливание:							
- летний период;	С 10.00 на прогулке	15 мин.	15	15	15	15	15
-осенне-зимний период	В течение дня в зависимости от специфики группы	15 мин.	15	15	15	15	15
7. Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики:							
- группы детей 3 – 4 лет	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая деятельность (самообслуживание)	В течение дня	20 мин.	20	20	20	20	20
9. Упражнения на	Перед	2 мин.	2	2	2	2	2

концентрацию внимания	занятием						
10. Физкультминутки	Во время занятий	1,5 мин.	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
11. Выразительные движения	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В течение дня	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.
3. Сон:							
- группа детей 3 – 4 лет	2ч.10мин.	2ч.10мин.	2ч.10мин.	2ч.10мин.	2ч.10мин.	2ч.10мин.	2ч.10мин.
Непосредственно образовательная деятельность							
1. Образовательная область «Физическое развитие»:							
- Группа детей 3 - 4 лет	Первая	15 мин.	15 мин.	-	15 мин.	-	15 мин.

	половина дня						
Массовые мероприятия							
Музыкально-спортивные праздники, развлечения							
- Группа детей 3 -4 лет	1 раз в месяц	20 мин	-	-	-	20	-
Самостоятельная деятельность детей (3 часа 55 мин.)							
1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.
2. Игры, направленные на развитие основных движений	В течение дня	20 мин.	20	20	20	20	20
3. Игры с водой и песком	На прогулке в течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке, в течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Деятельность по	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

желанию детей							
---------------	--	--	--	--	--	--	--

Режим двигательной активности детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурно-оздоровительные мероприятия по совместной деятельности педагогов с детьми							
1. Утренняя гимнастика	8.00 (спортивный зал, улица)	7 мин.	7	7	7	7	7
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Динамические часы	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Закрепление музыкально-ритмических	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15

движений							
6.Специально организованное закаливание:							
- летний период;	С 10.00 на прогулке	15 мин.	15	15	15	15	15
-осенне-зимний период	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
7. Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики:	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая деятельность	В течение дня	20 мин.	20	20	20	20	20
9.Упражнения на концентрацию внимания	Перед занятием	5 мин.	5	5	5	5	5
10. Физкультминутки	Во время занятий	5 мин.	5	5	5	5	5
11. Выразительные	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15

движения							
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В течение дня	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.
3. Сон	2 часа 40 мин.	2 часа 40 мин.	2 часа 40 мин.	2 часа 40 мин.	2 часа 40 мин.	2 часа 40 мин.	2 часа 40 мин.
Непосредственно образовательная деятельность							
1.Образовательная область «Физическое развитие»	Первая половина дня	20 мин.	-	20	20	-	20
Массовые мероприятия							
Музыкально-спортивные праздники, развлечения	1 раз в месяц	30 мин.					30
Самостоятельная деятельность детей (3 часа 55 мин.)							

1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1 ч.20 мин.	1ч.20 мин
2. Игры, направленные на развитие основных движений	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Игры с водой и песком	На прогулке в течение дня	50 мин.	50	50	50	50	50
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке в течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
5. Деятельность по желанию детей	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

Режим двигательной активности детей старшего дошкольного возраста (5 - 6 лет)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
--------------------	---------------------------	---------------------	--------------------	----------------	--------------	----------------	----------------

Физкультурно-оздоровительные мероприятия по совместной деятельности педагогов с детьми							
1. Утренняя гимнастика	8.07(спортивный зал, улица)	10 мин.	10	10	10	10	10
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
3. Динамические часы	В течение прогулки	30 мин.	30	30	30	30	30
4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	25 мин.	25	25	25	25	25
5. Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
6. Специально организованное закаливание:							
- летний период;	С 10.00 на прогулке	25 мин.	25	25	25	25	25
-осенне-зимний	В течение дня	25 мин.	25	25	25	25	25

период.							
7. Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая деятельность	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
9. Упражнения на концентрацию внимания	Перед занятием	5 мин.	5	5	5	5	5
10. Физкультминутки	Во время занятий	5 мин.	5	5	5	5	5
11. Выразительные движения	В течение дня	15 мин.	15	15	15	15	15
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В течение дня	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1ч.40 мин
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25	1 ч.25	1 ч.25	1ч. 25

				МИН.	МИН.	МИН.	МИН.
3. Сон	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа
Непосредственно образовательная деятельность							
1.Образовательная область «Физическое развитие»	Первая половина дня	25 мин.		25		25	25
Массовые мероприятия							
1. Музыкально-спортивные праздники, развлечения	1 раз в месяц	40 мин.				40	
2. Экскурсии, пешие походы	1 раз в два месяца	50 мин.	-	-	-	50 мин.	
Самостоятельная деятельность детей (4ч. 15 мин.)							
1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 час15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.
2. Игры, направленные на развитие основных	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40

движений							
3. Игры с водой и песком	На прогулке в течение дня	50 мин.	50	50	50	50	50
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке в течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
5. Деятельность по желанию детей	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

Режим двигательной активности детей подготовительного к школе возраста (6 - 7 лет)

Мероприятия	Место в режиме дня	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Физкультурно-оздоровительные мероприятия по совместной деятельности педагогов с детьми							
1. Утренняя гимнастика	8.20(спортивный зал, улица)	10 мин.	10	10	10	10	10
2. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры	В течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30

3. Динамические часы	В течение прогулки	30 мин.	30	30	30	30	30
4. Индивидуальная работа по развитию основных движений	В течение прогулки	25 мин.	25	25	25	25	25
5. Закрепление музыкально-ритмических движений	В течение прогулки	15 мин.	15	15	15	15	15
6. Специально организованное закаливание:							
- летний период;	С 10.00 на прогулке	25 мин.	25	25	25	25	25
-осенне-зимний период.	В течение дня	25 мин.	25	25	25	25	25
7. Упражнения после сна с элементами дыхательной гимнастики	15.00	15 мин.	15	15	15	15	15
8. Трудовая	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40

деятельность							
9. Упражнения на концентрацию внимания	Перед занятием	5 мин.	5	5	5	5	5
Режимные моменты							
1. Гигиенические процедуры	В течение дня	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.	1 ч.10 мин.
2. Прием пищи	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.	1 ч.25 мин.
3. Сон	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа
Непосредственно образовательная деятельность							
1.Образовательная область «Физическое развитие»	Первая половина дня	30 мин.		30		30	30
Массовые мероприятия							
1. Музыкально-спортивные праздники, развлечения	1 раз в месяц	40 мин.				40	

2. Экскурсии, пешие походы	1 раз в два месяца	50 мин.	-	-	-	50 мин.	-
Самостоятельная деятельность детей (4 часа 15 минут)							
1. Подвижные игры, сюжетно-ролевые игры на прогулке, в группе	В течение дня	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 час15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.	1 ч.15 мин.
2. Игры, направленные на развитие основных движений	В течение дня	40 мин.	40	40	40	40	40
3. Игры с водой и песком	На прогулке в течение дня	50 мин.	50	50	50	50	50
4. Закрепление музыкально-ритмических движений	На прогулке в течение дня	30 мин.	30	30	30	30	30
5. Деятельность по желанию детей	В течение дня	60 мин.	60	60	60	60	60

2.3.Примерная система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственный
1. Мониторинг				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	3 раза в год (в сентябре, декабре и мае)	Медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Вторая младшая, старшая, подготовительная	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, медсестра, врач
2. Двигательная деятельность				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
2.	НОД в зале, на улице	Все группы	3 раза в неделю (2 +1)	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Инструктор по физической культуре
7.	Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Инструктор по

				физической культуре Воспитатели
8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	Неделя здоровья	Все группы, кроме групп раннего возраста	1 раз в квартал	Воспитатели по физкультуре, медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели групп
3. Профилактические мероприятия				
1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна, возникновения инфекции)	медсестра
3.	Кварцевание помещения	Все группы	Ежедневно	воспитатели
4. Нетрадиционные формы закаливания				
1.	Кислородные коктейли	Все группы	Две недели в месяц	медсестра
2.	Фитотерапия (лук, чеснок, фиточай)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	медсестра, младшие воспитатели
5. Закаливание				
1.	Ходьба босиком, босохождение по	Все группы	После сна, на занятии	Воспитатели, Инструктор

	дорожкам здоровья, ребристой поверхности		физкультурой в зале	по физической культуре
2.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
6. Организация вторых завтраков				
1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно 10.00	Младшие воспитатели, воспитатели

2.4. Формы и способы взаимодействия с родителями.

Наглядные уголки для родителей, папки передвижки, консультации специалистов

На информационных стендах для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств, такие как «Растим детей здоровыми», «Узелки на память» и т.д., предлагаются рецепты

витаминных чаев, коктейлей для приготовления и использования в домашних условиях; применение аромо- и фитотерапии дома, предлагаются комплексы упражнений, опросники, тесты.

Анкетирование - этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.

Мастер-классы – эффективная формы взаимодействия с семьями воспитанников, во время которой родители становятся непосредственными участниками происходящего совместно со своими детьми.

Использование нетрадиционных форм позволяет нам в оживленной, интересной беседе с родителями, обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы от специалистов, высказывать свое мнение.

Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей.

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года по разным видам спорта. Основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка

План работы на 2020-2021 учебный год с родителями

№ п/п	Формы работы	Заголовок	Сроки проведения
1.	Консультации	Внимание – плоскостопие!	сентябрь
		Профилактика сколиоза у детей дошкольного возраста	октябрь
		Дыхательная гимнастика – важно!	ноябрь
		Зимние забавы	декабрь
		Упражнения для глаз	январь
		Психогимнастика и релаксация	февраль
		Какой вид спорта подходит вашему ребенку	март
		Спорт или физкультура	апрель
		Закаливание в ДОУ	май
		Организация двигательной активности ребенка летом	июнь
2.	Родительские собрания	Возрастные особенности физического развития детей	сентябрь
		Организация физических занятий в детском саду. Формы работы по физическому воспитанию. Двигательная активность ребенка в режиме дня.	февраль
		Итоги года	май

Способы и направления поддержки детской инициативы

Примерная сетка совместной образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах:

Формы ОД в режимных моментах	Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю			
	Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст	Подготовительный к школе возраст
Общение				
Ситуации общения воспитателя с детьми и накопления положительного социально-эмоционального опыта	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Беседы и разговоры с детьми по их интересам	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Игровая деятельность, включая сюжетно-ролевую игру с правилами и другие виды игр				
Досуг здоровья и подвижных игр	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Подвижные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Познавательная и исследовательская деятельность				
Сенсорный игровой	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели
Опыты, эксперименты, наблюдения, проекты	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели
Самообслуживание и элементарный бытовой труд				

Самообслуживание	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Трудовые поручения (индивидуально и подгруппами)	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Работа с семьями воспитанников, не посещающих ДОО (работа через сайт)

Консультации:

- 1) «Помогите ребенку укрепить здоровье»
- 2) «Роль подвижных игр в воспитании ребенка дошкольного возраста»
- 3) «Влияние двигательной активности на здоровье ребенка»
- 4) «Особенности дыхания детей»
- 5) «Спортивный уголок дома»
- 6) «Физическое воспитание детей раннего возраста»

2.4. План работы с педагогами

Цель: организация системной работы с педагогами по реализации мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание дошкольников.

№	Мероприятия	Сроки выполнения	Форма предоставления
----------	--------------------	-------------------------	-----------------------------

п/п			результатов
1.	Педагогический совет «Результаты диагностического обследования детей»	Сентябрь 2014, Май 2015	Отчет Листы анализа Листы рекомендаций и советы педагогам
2.	«Арбузник» - спортивный досуг для детей всех групп	сентябрь	Конспекты-сценарии,
3.	Педагогический проект «Мама, папа, я – спортивная семья», «Я- спортсмен»	октябрь	фотовыставка
4.	«Как Шапокляк училась ПДД» - спортивно-познавательный досуг для детей старших групп	октябрь	Конспекты-сценарии
5.	Мастер-класс для педагогов «Подвижные игры»	октябрь	Презентация, Конспект, фотоотчет
6.	«На зарядку становись!» - мастер-класс для родителей (младшая группа)	октябрь	Конспекты-сценарии,
7.	Конкурс нетрадиционного оборудования все группы	ноябрь	Выставка оборудования
8.	«Мамочка любимая» - физкультурный праздник для всех групп	ноябрь	Конспекты-сценарии, стенгазета
9.	«Зимняя спортакиада» - спортивно-оздоровительный досуг	декабрь	Конспекты-сценарии,

	для детей всех групп		стенгазета, статья на сайте ДОУ
10.	«Подвижные игры народов Урала» - спортивный досуг для детей старших групп	январь	Конспекты-сценарии,
11.	«День защитника отечества» - физкультурный досуг для детей всех групп	февраль	Конспекты-сценарии, стенгазета, статья на сайте ДОУ
12.	«Приключения Веснушки и Петрушки» - физкультурно-оздоровительный досуг для детей всех групп	март	Конспекты-сценарии, стенгазета, статья на сайте ДОУ
13.	«День здоровья» - физкультурно-оздоровительный досуг для детей всех групп	апрель	Конспекты-сценарии
14.	«Космонавтами мы будем» - физкультурный досуг для детей всех групп	апрель	Конспекты-сценарии
15.	«Зарница» - спортивный праздник для детей всех групп	май	Конспекты-сценарии, стенгазета, статья на сайте ДОУ
16.	«День защиты детей» - спортивный праздник для детей всех групп	июнь	Конспекты-сценарии, стенгазета, статья на сайте ДОУ
17.	«Мы за здоровый образ жизни» - Акция для детей и родителей старших и подготовительных групп	июнь	Конспекты-сценарии фото отчет, статья на сайте

			ДОУ
18.	«Летние чудеса» - физкультурный досуг для детей всех групп	август	Конспекты-сценарии, стенгазета, статья на сайте ДОУ

III. Организационный

3.1. Материально-техническое оснащение

№ п/п	Наименование	В наличии
1.	Гимнастический комплекс (кольца, канат, веревочная лестница)	1
2.	Гимнастический комплекс (канат, металлическая лестница)	1
3.	Шведская стенка (4 секции)	1
4.	Гимнастическая скамейка	4
5.	Лестница стремянка	3
6.	Трап приставной	2
7.	Ребристая доска	1
8.	Дуга металлическая для подлезания	3
9.	Тоннель «Гусеница»	2
10.	Обручи пластмассовые (большие)	10
11.	Обручи пластмассовые (маленькие)	12
12.	Обручи металлические	5

13.	Палки гимнастические (пластмассовые)	25
14.	Щиты навесные для метания	2
15.	Щиты с баскетбольными кольцами	2
16.	Мячи резиновые диаметр 20 см	25
17.	Мячи резиновые диаметр 15 см	25
18.	Кубы большие	16
19.	Канаты веревочные	3
20.	Гантели детские	25
21.	Кольцеброс «Зайчик»	3
22.	Летающая тарелка диаметр 20 см	4
23.	Тренажер «Шагаем вместе»	1
24.	Кубики пластмассовые	50
25.	Скакалки резиновые	23
26.	Кегли пластмассовые	25
27.	Маты гимнастические	2
28.	Стойки кольцебросы	2
29.	Конусы переносные (оранжевые)	6
30.	Мешочки с песком	41
31.	Фитболы	4
32.	Игра «Городки»	2
33.	Мячи с шипами	13
34.	Ракетки для настольного тенниса	4
35.	Ракетки для бадминтона	4
36.	Футбольный мяч	2
37.	Мячи пластмассовые для сухого бассейна	34
38.	Мячи-погремушки	48
39.	Мячи пластмассовые цветные	99
40.	Корзины металлические для мячей	2

41.	Стойки для спортивного инвентаря	2
42.	Контейнер под мешочки с песком	1
43.	Корзины для инвентаря пластмассовые (белые)	5
44.	Массажные дорожки	4
45.	Эспандеры	25
46.	Футбольные ворота	2
47.	Игра «Удочка и рыбки»	1
48.	Игра «Дартс»	3
49.	Тренажер «Ножки и ладошки»	1
50.	Развивающая игра «Твистер»	1

3.2. Учебно-методическое обеспечение

№ п/п	Основная литература
1.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 2, 2009
2.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 1, 2011
3.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 2, 2011
4.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 3, 2011
5.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 4, 2011
6.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 5, 2012
7.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 6, 2012
8.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 8, 2012
9.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 3, 2013
10.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 4, 2013
11.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 5, 2013
12.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 6, 2013
13.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 7, 2013
14.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 8, 2013
15.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 1, 2014
16.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 2, 2014

17.	Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре» № 3, 2014
18.	Л.И.Пензулаева: Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет – комплексы оздоровительной гимнастики. М. Мозайка Синтез. 2010
19.	Л.И.Пензулаева: Физкультурные занятия в детском саду – вторая младшая группа. М. Мозайка Синтез. 2012
20.	Л.И.Пензулаева: Физкультурные занятия в детском саду – средняя группа. М. Мозайка Синтез. 2010
21.	Л.И.Пензулаева: Физкультурные занятия в детском саду – страшная группа. М. Мозайка Синтез. 2010
22.	Л.И.Пензулаева: Физкультурные занятия в детском саду – подготовительная к школе группа. М. Мозайка Синтез. 2011
23.	Е.А.Синкевич, Т.В.Большева: Физкультура для малышей. С-Пет. «Детство Пресс. 2000
24.	Л.Н.Сивачева: Физкультура – это радость!. С-Пет. Детство-Пресс. 2001

Дополнительная литература

1.	Т.Е.Харченко: Бодрящая гимнастика для дошкольников. С-Пет. Детство-Пресс, 2012
2.	Т.Е.Харченко: Физкультурные праздники в детском саду. С-Пет. Детство-Пресс, 2009
3.	Е.Ф.Желобкович: 150 эстафет для детей дошкольного возраста. М. Скрипторий 2003, 2010
4.	В.Г.Фролов: Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. М. Просвещение, 1986
5.	Е.А.Сочеванова: Игры-эстафеты с использованием традиционного физкультурного инвентаря. С-Пет. Детство-Пресс, 2010
6.	Е.А.Сочеванова: Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет. С-Пет. Детство-Пресс, 2012
7.	Е.А.Субботина: Потешки для зарядки. М. Феникс, 2013
8.	Д.В.Хухлаева: Методика физического воспитания. М. Просвещение, 1984
9.	А.В.Кенеман, Т.И.Осокина: Детские подвижные игры народов СССР. М. Просвещение, 1988
10.	Е.Г.Батурина: Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду». М. Просвещение, 1974
11.	Картушина: Праздники здоровья для детей 4-5 лет- сценарии для ДОУ. М. Сфера, 2009
12.	О.А.Новиковская: Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников. С-Пет. Детство-Пресс, 2010
13.	Т.И.Осокина, Е.А.Тимофеева, М.А.Рунова: Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений. М. Мозайка Синтез, 1999.

14.	М.С.Анисимова, Т.В.Хабарова: Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста. С-Пет. Мозайка Синтез, 2012
15.	В.И.Логинова, Т.И.Бабаева. Н.А.Ноткина – Дество: Программа развития и воспитания детей в детском саду. С-Пет. Детство-Пресс. 2000
16.	А.И.Фомина: Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду. М. Просвещение, 1984
17.	Под ред. С.О. Филипповой : Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. С-Пет. Детство-Пресс, 2011
18.	И.Д.Агеева: 500 Олимпийских загадок для детей. М. Сфера, 2010
19.	С.Ю.Афонькин: История Олимпийских игр. С-Пет. БКК, 2013
20.	В.В.Морозов: Отечественный спорт и олимпийское движение. М. Ювента, 2010
21.	Е.А.Мартынова: Комплексная диагностика уровней освоения программы «Детство» - диагностический журнал (вторая младшая группа). Волгоград. Учитель, 2012
22.	Е.А.Мартынова: Комплексная диагностика уровней освоения программы «Дество» - диагностический журнал (средняя группа). Волгоград. Учитель, 2012
Методические разработки	
1.	Картотека подвижных игр с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста.
2.	Картотека региональной программы «Игры Урала».
3.	Подборка стихов, загадок, песен, музыки о спорте.
4.	Конспекты спортивных праздников.
5.	Комплексы музыкально – ритмических композиций.
6.	Картотека гимнастики для глаз.
7.	Картотека оздоровительного массажа.
8.	Картотеки дыхательной гимнастики.
9.	Картотека релаксирующих упражнений с применением сухого бассейна.
10.	Картотека психогимнастики.
11.	Картотека игр и аттракционов.
12.	Папка «Коррекционная работа с детьми с нарушениями осанки и с плоскостопием»
13.	Папка «Работа с родителями»

14.	Папка «Наши праздники»
15.	Папка «Методическая копилка»
16.	Папка «Утренняя гимнастика»
17.	Папка «Планирование»
18.	Папка «Работа с педагогами»
19.	Папка «Сценарии досугов»
20.	Папка «Здравствуй, Олимпиада»
21.	Папка «Подвижные игры Южного Урала»
22.	Папка «Патриотическое воспитание дошкольников»
23.	Папка «Са-Фи-Дансе»

3.3. Расписание занятий по физическому развитию

Понедельник	9.00-9.15 9.25-9.40 9.50-10.20 10.30-11.00	Вторая младшая группа 1 подгруппа Вторая младшая группа 2 подгруппа Подготовительная группа 1 подгруппа Подготовительная группа 2 подгруппа
Вторник	9.00-9.20 9.30-9.50 10.05-10.30 10.35-11.00	Средняя группа 1 подгруппа Средняя группа 2 подгруппа Старшая группа 1 подгруппа Старшая группа 2 подгруппа
Среда	9.00-9.15 9.25-9.40 9.50-10.20 10.30-11.00	Вторая младшая группа 1 подгруппа Вторая младшая группа 2 подгруппа Подготовительная группа 1 подгруппа Подготовительная группа 2 подгруппа
Четверг	9.00-9.20 9.30-9.50 10.00-10.25 10.35-11.00	Средняя группа 1 подгруппа Средняя группа 2 подгруппа Старшая группа 1 подгруппа Старшая группа 2 подгруппа
Пятница	На улице	Вторая младшая, средняя, старшая, подготовительная группы. 1. Подготовка и проведение праздников и развлечений. 2. Индивидуальная работа с детьми. 3. Работа с документацией. 4. Консультационный день для родителей

3.4. Комплексно-тематическое планирование

Младший дошкольный возраст (3 - 4 года)

Этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5
Сентябрь				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.				
Тема	Здравствуй, детский сад! День знаний	Дорожная азбука - мы пассажиры, мы пешеходы	Наш край родной осенью порой (деревья, растительный мир, лекарственные растения)	Первичная диагностика
Вводная	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении. Ребята в зал входят без построения – «стайкой». Проводится игра «Пойдем в гости». На слова: «Дождик	Ходьба и бег всей группой «стайкой». Дети входят в зал без построения «стайкой». Дети направляются к мишке, разговаривают с ним, затем поворачиваются к	Ходьба в колонне по одному, по сигналу: «Ворона!» - надо остановиться, сказать: «Кар-кар-кар!» - и продолжить ходьбу. По сигналу: «Стрекозы!» - легкий бег, расставив руки в	Ходьба и бегать по кругу. Ходьба вокруг кубиков (половина круга), затем переход на бег – полный круг. Поворот в другую сторону, повторение задания. Темп упражнения

	пошел!» - дети бегут к своим «домикам» и занимают любые места.	кукле, на другой конец зала. После ходьбы в одну сторону, предложить ребятам побежать к мишке, а затем к кукле в гости.	стороны – «расправили крылышки».	умеренный. Упражнение заканчивается ходьбой.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С ленточками	С кубиками
Основные виды движений	Ходьба между двумя линиями. «Пройдем по дорожке». «Дождик кончился, выглянуло солнышко, но кругом лужи. Пойдем по дорожке, чтобы не замочить ноги».	Прыжки на двух ногах на месте. Покажем мишке, как мы умеем прыгать». Затем переходят на другой конец зала и прыгают около куклы.	Прокатывание мячей. «Прокати и догони». По команде: «Покатили!», оттолкнув мяч двумя руками, прокатывают его в прямом направлении и догоняют.	Ползание с опорой на ладони и колени. «Доползи до погремушки» - «как жучок». Доползти до погремушки, взять ее и погреметь.
Подвижные игры	«Бегите ко мне»	«Птички»	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»
Игра малой подвижности	Упражнения с массажным мячиком	«Найдем мишку»	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Ветерок»
Октябрь				

Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.

Тема	Моя семья	Обитатели родного края (животные, птицы, рыбы)	Кладовая сада, огорода, леса, луга	Веселые движения
Вводная	Ходьба в колонне по одному, по сигналу: «Лягушки!» - дети останавливаются и присаживаются на корточки, затем поднимаются и продолжают ходьбу; бег в колонне по одному и врассыпную.	Ходьба и бег по кругу. Вначале выполняется ходьба (примерно половина круга), затем бег (полный круг), переход на ходьбу и остановка.	Ходьба в колонне по одному, врассыпную, по всему залу. По сигналу: «Стрекозы» - бег, помахивая руками, как «крылышками»; переход на обычную ходьбу. На следующий сигнал: «Кузнечики» - прыжки на двух ногах – «кто выше».	Ходьба в колонне по одному по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; бег по кругу также с поворотом. Ходьба и бег проводятся в чередовании, темп упражнений умеренный.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	Без предметов	С мячом	На скамейках
Основные виды движений	Равновесие «Пойдем по мостику». Прыжки. «Надо подойти близко к	Прыжки из обруча в обруч. «Слегка расставить ноги, согнуть колени и	Прокатывание мячей в прямом направлении. Игровое упражнение	Ползание «Крокодильчики». Лазанье под шнур. Равновесие

	шнуру, слегка расставить ноги, согнуть их в коленях и перепрыгнуть через шнур, приземлившись на полусогнутые ноги».	прыгнуть в обруч на полусогнутые ноги мягко, «как зайки». «Прокати мяч».	«Быстрый мяч». Ползание между предметами, не задевая их. Игровое упражнение «Проползи – не задень».	«Пробеги – не задень». Ходьба и бег между предметами.
Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробышки»
Игра малой подвижности	Практикум «Чистка зубов» (имитация с зубной щеткой) + артикуляционная гимнастика	Упражнения «Назови и покажи», (какие спортивные атрибуты есть в зале и как мы играем в них)	«Кап-кап-кап»	«Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек») + дыхательная гимнастика
Ноябрь				
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>				
Тема	Эти мудрые добрые сказы и сказки	Все работы хороши – выбирай на вкус!	Дом, в котором мы живем	Народная игрушка
Вводная	Игровое задание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному. По сигналу	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным	Игровое упражнение «Твой кубик». По кругу выложены кубики	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания, бег в

	воспитателя: «Мышки!» - дети переходят к ходьбе на носках короткими, семенящими шагами, руки на пояс. По сигналу: «Бабочки!» - к бегу.	шагом; руки на пояс – «лошадки». Бег, руки в стороны – «стрекозы». Ходьба и бег в чередовании. Для выполнения ОРУ помочь детям построиться в виде буквы «П».	(по количеству детей). Ходьба по кругу. После ходьбы выполняется бег по кругу сначала в одну, а затем в другую сторону.	колонне по одному. На слово: «Лягушки!» - присесть, руки положить на колени, затем встать и продолжить ходьбу. Переход на бег по сигналу и снова на ходьбу. На слово: «Бабочки!» - остановиться и помахать руками, как крылышками.
Общеразвивающие упражнения	С ленточками	С обручем	Без предметов	С флажками
Основные виды движений	Равновесие «В лес по тропинке». На пол положены параллельно друг другу две доски (ширина 25 см, длина 2-3 м) – «тропинки в лес». Прыжки «Зайки – мягкие лапочки». По сигналу дети прыжками на двух ногах	Прыжки «Через болото». Прокатывание мячей «Точный пас». Дети становятся в две шеренги по ориентирам (шнур, цветным меткам).	Игровое задание с мячом «Прокати – не задень». «Проползи – не задень». Ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени) между предметами, не задевая их («змейкой»). Игровое задание	Игровое задание – «Паучки». Равновесие. Выполняется ходьба в умеренном темпе на небольшом расстоянии друг от друга – руки в стороны, свободно балансируют, помогая устойчивому равновесию.

	передвигаются к опушке		«Быстрые жучки».	
Подвижные игры	«Ловкий шофер»	«Мыши в кладовой»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»
Игра малой подвижности	Малоподвижная игра «Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	«Куда дети ходят в нашем городе?» (игры с мячом)	Имитация «Деревья и кустарники» (низкий, высокий)	«Кошечка крадется»
Декабрь				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.				
Тема	«Машины разные нужны, машины разные важны»	Детям об обязанностях и правах	Зима в лесу и в городе	Волшебник – Новый год (дни новогодних сюрпризов, подарков, писем)
Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному. «На прогулку! Идем смотреть на цветочки, на летающих стрекоз и бабочек». Ходьба врассыпную по всему залу, затем бег	Ходьба и бег в колонне по одному. По сигналу «Самолеты!» - бег врассыпную, покачивая руками, как крыльями, затем ходьба врассыпную. Ходьба и бег в	Ходьба в колонне по одному. На сигнал «Воробьишки!» - остановиться и произнести «чик-чирик», затем продолжить ходьбу. Ходьба и бег в чередовании.	Ходьба в колонне по одному. На сигнал «На прогулку!» - предложить разбежаться по всему залу; переход на ходьбу врассыпную и снова на бег.

	враспынную, переход к ходьбе в колонне по одному.	чередовании.		
Общеразвивающие упражнения	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках
Основные виды движений	Равновесие. Игровое упражнение «Пройди – не задень». Дети двумя колоннами выполняют ходьбу между кубиками, руки свободно балансируют. Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».	Прыжки со скамейки на резиновую дорожку или мат. Прокатывание мячей друг другу.	Прокатывание мяча между предметами. Игровое задание «Не упусти!». Ползание под дугу «Проползи – не задень».	Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». Дети-«жучки» поочередно выполняют ползание по доске с опорой на ладони и колени. Равновесие. «Пройдем по мостику».
Подвижные игры	«Цветные автомобили»	Эстафетная игра «Собери набор»	«Снежинки-пушинки»	«Наседка и цыплята»
Игра малой подвижности	«Поезд»	«Пузыри в стакане»	«Кто дальше бросит снежок»	«Гуси»

Январь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой.

Тема	Каникулы	Зимние развлечения. Рождественские святки	Великие сказочники. День уральского писателя	Братья наши меньшие
Вводная		Игровое упражнение «На полянке. По сигналу переход к ходьбе в рассыпную по всей «полянке» и бегу в рассыпную.	Ходьба вокруг кубиков и по сигналу: «Взять кубик!» - поднять над головой. После ходьбы проводится бег вокруг кубиков в обе стороны.	«Лягушки и бабочки». Бег в колонне по одному в обе стороны.
Общеразвивающие упражнения		С обручем	С кубиком	Без предметов
Основные виды движений		Прыжки «Зайки – прыгуны». Прокатывание мяча между предметами.	«Прокати – поймай». «Медвежата».	Ползание под дугу, не касаясь руками пола. Равновесие «По тропинке».
Подвижные игры		«Подарки»	«Зайка серый умывается»	«У медведя во бору»
Игра малой подвижности		«Найдем Снегурочку»	«Будем здоровыми»	«Угадай, где спрятано»

Февраль

Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы, может ползать на четвереньках, произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, может катать мяч в заданном направлении; проявляет положительные эмоции при физической активности, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, понимает, что надо жить дружно, помогать друг другу.

Тема	Дни родного языка. Сказки русских писателей	Защитники отечества. Родная Армия	Защитники отечества. Родная Армия	Чудо - нос
Вводная	Ходьба и бег по кругу, выложенному кольцами.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Мышки!» - переход на ходьбу мелким, семенящим шагом, затем на обычную ходьбу. На слово: «Лошадки!» - бег, высоко поднимая колени, переход на обычный бег.	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. Бег врассыпную.	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному; Ходьба в колонне по одному; по сигналу переход на ходьбу врассыпную. Ходьба и бег врассыпную в чередовании.
Общеразвивающие упражнения	С кольцом	С обручем	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	Равновесие «Перешагни – не наступи». Прыжки «С пенька на пенек».	Прыжки «Веселые воробышки». Прокатывание мяча «Ловко и быстро!»	Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	Лазание под дугу в группировке «Под дугу». Равновесие – пройти по доске, а на середине присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше до конца доски.
Подвижные игры	«Допрыгаем до	«Танцуют все»	«Птички и	«Лягушки»

	стульчиков»		птенчики»	
Игра малой подвижности	«Береги мебель»	«Доктора»	«Найдем воробышка»	«Угадай, где спрятано» + дыхательная гимнастика «Насос»
Март				
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.</p>				
Тема	Мама – слово любимое	Времена года. Весна. Живая и неживая природа.	Школа. Разные науки.	Мыло и вода.
Вводная	Ходьба и бег по кругу, выложенному из кубиков.	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба в рассыпную, на сигнал «На прогулку!» - расходятся по всему залу. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	Ходьба в колонне по одному. На сигнал «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - бег в колонне по одному, помахивая руками, как «крылышками». Упражнения в ходьбе и беге	Ходьба и бег между предметами, поставленными по двум сторонам зала.

			чередуются.	
Общеразвивающие упражнения	С цветочками	Без предметов	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	«Ровным шажком». Прыжки «Змейкой».	Прыжки «Через канавку». Катание мячей друг другу «Точно в руки».	«Брось – поймай». Ползание на повышенной опоре (скамейке). Игровое упражнение «Муравьишки».	Ползание «Медвежата». Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, свободно балансируя руками.
Подвижные игры	«Мы веселые ребята»	«Плотники»	«Ручеек»	«Бег по дорожке»
Игра малой подвижности	«Мама спит, она устала»	«Маляры»	«Подснежники»	«По камушкам»

Апрель

Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается по имени и отчеству.

Тема	Весна шагает по планете	Астрономия для детей	Красная книга Урала	Целебные звуки
Вводная	Ходьба вокруг кубиков. Выполняется ходьба по кругу, затем бег.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Жуки полетели!» - разбежаться в рассыпную по всему залу. На сигнал: «Жуки отдыхают!» -	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Великаны!» - ходьба на носках, руки вверх; переход на обычную ходьбу. По сигналу: «Гномы!» - присед,	Ходьба в колонне по одному. На сигнал «Воробышки!» - остановиться и произнести «чик-чирик»; продолжение ходьбы, на слово

		ложатся на спину и двигают руками и ногами, как бы шевелят лапками.	руки положить на колени.	«Лягушки!» - присесть, руки положить на колени. Переход на бег в умеренном темпе и на слово «Лошадки!» - бег с подскоком. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.
Общеразвивающие упражнения	На скамейке с кубиком	С косичкой (короткий шнур)	Без предметов	С обручем
Основные виды движений	Равновесие – ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке, руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед; выпрямиться и пройти дальше. Прыжки «Через канавку».	Прыжки из кружка в кружок. Задание: слегка расставить ноги, прыгнуть в обруч, затем из обруча и повернуться кругом. По команде прокатывать мяч.	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата». По сигналу: «В лес!» - «медвежата» быстро передвигаются на четвереньках до «леса» (кубики, кегли, набивные мячи).	Ползание «Проползи – не задень». Равновесие «По мостику». По гимнастической скамейке как по «мостику» - ходьба колонной по одному, свободно балансируя руками, в конце скамейки выполнить шаг вперед вниз (не прыгать).
Подвижные игры	«Мяч через сетку»	«Автомобили»	«Прыжки на травке»	«Пчелки»
Игра малой	«Назови инвентарь»	«Стоп»	«Высокий и низкий»	«Муравьишки»

подвижности	(с мячом)			
Май				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим.				
Тема	День Победы	Творчество для детей: писатели, художники, поэты, композиторы	Эти удивительные насекомые	Заключительная диагностика
Вводная	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами. Дети выполняют ходьбу между кубиками «змейкой», а между набивными мячами – бег.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Пчелки!» - бег врассыпную, помахивая руками, как крылышками, и, произнося «жу-жу-жу!», переход к ходьбе врассыпную. Ходьба и бег чередуются несколько раз.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу – ходьба мелким, семенящим шагом – «как мышки»; бег врассыпную по всему залу.
Общеразвивающие упражнения	С кольцом (от кольцеброса)	С мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через шнуры.	Прыжки «Парашютисты». Прокатывание мячей друг другу. По сигналу: дети в произвольном порядке	Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке «как жучки».	Лазание на наклонную лесенку. Уделить внимание правильному

		прокатывают мяч друг другу.	Проползти, как «жучки», с опорой на ладони и колени.	хвату рук за рейки лесенки и тому, чтобы дети не пропускали реек.
Подвижные игры	«Попади в круг»	«Садовод»	«Собери букет»	«Карусель»
Игра малой подвижности	«Назови свойства инвентаря» (с мячом)	«Назови, кем работают родители» (игра с мячом)	Дыхательное упражнение «Одуванчик»	«Солнышко лучистое»

Средний дошкольный возраст (4-5 лет)

Этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5
Сентябрь				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет основными видами движений и выполняет команды «вперед, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении НОД в спортивном зале и на улице.				
Тема	Здравствуй, детский сад! День знаний	Дорожная азбука - мы пассажиры, мы пешеходы	Наш край родной осенью порой (деревья, растительный мир, лекарственные растения)	Первичная диагностика
Вводная	Построение в	Ходьба и бег в	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по

	шеренгу, проверка равнения. Ходьба колонной по одному в обход зала. Бег колонной. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	колонне по одному с остановкой по сигналу. После ходьбы переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Перестроение в три колонны.	одному между двумя линиями, высоко поднимая колени, с остановкой по сигналу «Стоп»; бег врассыпную с высоким подниманием коленей.	одному, на сигнал: «Воробышки!» - остановиться и сказать: «Чик-чирик», а затем продолжить ходьбу; бег врассыпную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Построение в три колонны.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С флажками	С осенними листочками	С малыми обручами
Основные виды движений	1. Упражнения в равновесии – ходьба и бег между двумя линиями. При ходьбе руки на пояс. В беге руки произвольно, свободно балансируют. 2. Прыжки – подпрыгивание на двух ногах на месте с	1. Прыжки «Достань до предмета» - подпрыгивание на месте на двух ногах. 2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2м). Способ – стойка на коленях, сидя на пятках.	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками (исходное положение – стойка на коленях). 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке. 2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу.

	поворотом кругом вправо и влево.			
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»
Игра малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Семья»	«Прячем мишку»	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Сорви яблоко»
Октябрь				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры.				
Тема	Моя семья	Обитатели родного края (животные, птицы, рыбы)	Кладовая сада, огорода, леса, луга	Веселые движения
Вводная	Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры на	Построение в шеренгу. Ходьба в рассыпную и бег в рассыпную. Построение в три	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски, положенные на	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному с

	пятках. Затем проводятся упражнения в перешагивании (перепрыгивании) проводятся в беге.	колонны.	расстоянии двух шагов ребенка Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Построение в круг.	изменением направления, ходьба и бег в рассыпную.
Общеразвивающие упражнения	С косичкой (или коротким шнуром)	Без предметов	С мячом	С кеглей
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке. Руки на поясе, на середине скамейки присесть, руки в стороны, встать, пройти до конца скамейки и сойти, не спрыгивая. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета (кубик, кегля).	1. Прыжки – перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. 2. Прокатывание мячей друг другу.	1. Прокатывание мяча в прямом направлении. 2. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола.	1. Подлезание под дугу, касаясь руками. 2. Равновесие – ходьба по доске, положенной на пол, перешагивая через кубики. 3. Прыжки на двух ногах между набивными мячами.
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка»	«Мы – веселые ребята»
Игра малой подвижности	Практикум «Чистка зубов» (имитация с зубной щеткой)	Упражнения «Назови и покажи», (какие спортивные атрибуты есть в	«Кап-кап-кап»	«Цветочек», (имитация «Как распускается цветочек»)

		группе и как мы играем в них)		
Ноябрь				
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>				
Тема	Эти мудрые добрые сказы и сказки	Все работы хороши – выбирай на вкус!	Дом, в котором мы живем	Народная игрушка
Вводная	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь, не задевать друг друга и кубики.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба и бег врассыпную; ходьба на носках, «как мышки», переход на обычную ходьбу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал изменить направление (поворот кругом в движении); ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную – по сигналу остановиться и принять какую-либо позу.
Общеразвивающие упражнения	С кубиками	Без предметов	С мячом	С флажками
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через	1. Прыжки на двух ногах через шнуры, до кубика. 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с

	кубики. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками.	(исходное положение – стойка на коленях).	скамейке с опорой на ладони и колени.	боков скамейки. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, боком приставным шагом, руки на поясе (голову и спину держать прямо).
Подвижные игры	«Самолеты»	«Кролики»	«Лиса и куры»	«Наседка и цыплята»
Игра малой подвижности	Малоподвижная игра «Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	«Куда дети ходят в нашем городе?» (игры с мячом), «На параде»	Имитация «Деревья и кустарники» (низкий, высокий)	«Кошечка крадется»
Декабрь				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.				
Тема	«Машины разные нужны, машины разные важны»	Детям об обязанностях и правах	Зима в лесу и в городе	Волшебник – Новый год (дни новогодних сюрпризов, подарков, писем)
Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала; ходьба	Ходьба и бег в колонне по одному, построение в шеренгу. Игровое	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу

	и бег в рассыпную; перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне по сигналу.	задание «На прогулку!».	остановиться и принять какую-либо позу.	остановиться и принять какую-либо позу. Ходьба и бег повторяются.
Общеразвивающие упражнения	С платочком	С мячом	Без предметов	С кубиками
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски, помогая себе взмахом рук.	1. Прыжки со скамейки на резиновую дорожку. 2. Прокатывание мяча между предметами.	1. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния, двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамейки. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой.
Подвижные игры	«Цветные автомобили»	Эстафетная игра «Собери набор»	«Снежинки-пушинки»	«Наседка и цыплята»
Игра малой подвижности	«Поезд»	«Пузыри в стакане»	«Кто дальше бросит снежок»	«Гуси»

Январь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентировать в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет ее соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные

движения с учетом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.				
Тема	Каникулы	Зимние развлечения. Рождественские святки	Великие сказочники. День уральского писателя	Братья наши меньшие
Вводная		Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному «змейкой», между предметами; ходьба с перешагиванием через шнуры; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Бег врассыпную.
Общеразвивающие упражнения		С мячом	С косичкой	С обручем
Основные виды движений		1. Прыжки с гимнастической скамейки. 2. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу.	1. Отбивание мяча о пол. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.	1. Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс.
Подвижные игры		«Подарки»	«Зайка серый умывается»	«У медведя во бору»
Игра малой подвижности		«Найдем Снегурочку»	«Будем здоровыми»	«Угадай, где спрятано»
Февраль				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет соблюдать правила безопасности во время				

<p>ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной и спортивной игры.</p>				
Тема	Дни родного языка. Сказки русских писателей	Защитники отечества. Родная Армия	Защитники отечества. Родная Армия	Чудо - нос
Вводная	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами; ходьба и бег врассыпную. Построение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны; «Лягушки!» - присесть на корточки, положить руки на колени. Бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу перейти на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	Ходьба в колонне по одному, по команде ведущий идет через середину зала к стойке, затем в противоположную сторону к двери, потом к окну. Ходьба и бег врассыпную по всему залу, перестроение в колонну по одному.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке (на середине остановиться, поворот кругом, пройти дальше,	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Прокатывание мячей между предметами.	1. Перебрасывание мячей друг другу. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 2. Равновесие – ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко

	сойти со скамейки). 2. Прыжки через бруски.			поднимая колени, руки на пояс (или за голову).
Подвижные игры	«Допрыгаем до стульчиков»	Эстафетная игра «Наша армия сильна»	«Птички и птенчики»	«Лягушки»
Игра малой подвижности	«Береги мебель»	«Танки»	«Найдем воробышка»	«Угадай, где спрятано»
Март				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию: «далеко, близко, вперед, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре.				
Тема	Мама – слово любимое	Времена года. Весна. Живая и неживая природа.	Школа. Разные науки.	Мыло и вода.
Вводная	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу. По сигналу поворот кругом в движении и продолжение ходьбы; переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Лошадки!» - высоко поднимать колени, руки на поясе, переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Мышки!» - ходьба на носках, руки за голову. Ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, по сигналу остановиться.
Общеразвивающие упражнения	С цветочками	С обручем	С мячом	С флажками

Основные виды движений	1. Ходьба на носках между предметами. 2. Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.	1. Прыжки в длину с места. 2. Перебрасывание мячей через шнур.	1. Прокатывание мяча между предметами. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». 2. Равновесие – ходьба по доске, положенной на пол. 3. Прыжки через шнуры.
Подвижные игры	«Мы веселые ребята»	«Плотники»	«Ручеек»	«Бег по дорожке»
Игра малой подвижности	«Мама спит, она устала»	«Маляры»	«Подснежники»	«По камушкам»

Апрель

Планируемые результаты развития интегративных качеств: соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений; умеет выполнять упражнения утренней гимнастики под счет и определенное количество раз.

Тема	Весна шагает по планете	Астрономия для детей	Красная книга Урала	Целебные звуки
Вводная	Ходьба в колонне по одному. По сигналу ходьба с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. Бег	Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя,	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Лягушки!» - приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках

	врассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.	На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С кеглей	С веточками	С косичкой
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны. 2. Прыжки на двух ногах через препятствия.	1. Прыжки в длину с места. 2. Метание мешочка в горизонтальную цель.	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.	1. Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Мяч через сетку»	«Кто скорее до флажка»	«Прыжки на травке»	«Пчелки»
Игра малой подвижности	«Назови инвентарь» (с мячом)	«На парад»	«Высокий и низкий»	«Муравьишки»

Май

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счета (до 5-ти) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в играх, соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде.

Тема	День Победы	Творчество для детей: писатели, художники, поэты, композиторы	Эти удивительные насекомые	Заключительная диагностика
Вводная	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Ходьба и бег врассыпную по всему залу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Лошадки!» - идти, высоко поднимая колени, руки на поясе; бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу – ходьба в полуприседе, ходьба, высоко поднимая колени, ходьба, мелким, семенящим шагом в чередовании с обычной ходьбой; бег в колонне по одному.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С кубиком	С цветочками	С мячом
Основные виды движений	1. Ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. 2. Прыжки в длину с места через шнуры.	1. Прыжки в длину с места через шнур. 2. Перебрасывание мячей друг другу.	1. Метание в вертикальную цель, правой и левой рукой, от плеча. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе.	1. Равновесие – ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны. 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.
Подвижные игры	«Попади в круг»	«Садовод»	«Собери букет»	«Карусель»
Игра малой подвижности	«Назови свойства инвентаря» (с мячом)	«Назови, кем работают родители» (игра с мячом)	Дыхательное упражнение «Одуванчик»	«Солнышко лучистое»

Старший дошкольный возраст (5-6 лет)

Этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5
Сентябрь				
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается;); проявляет активность при участии в подвижных играх, выполнении простейших танцевальных движений во время утренней гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений утренней гимнастики под музыку.</p>				
Тема	Здравствуй, детский сад! День знаний	Дорожная азбука - мы пассажиры, мы пешеходы	Наш край родной осенью порой (деревья, растительный мир, лекарственные растения)	Первичная диагностика
Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному на носках, руки на пояс (колени не сгибать); бег в	Построение в одну шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному на носках, руки на пояс; ходьба и бег между предметами.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному (прыжком). Ходьба с высоким подниманием колен, руки на пояс. Бег в	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному с перекатом с пятки на носок, мелким семенящим шагом. Ходьба в различном темпе в

	колонне по одному; по сигналу ходьба врассыпную; бег врассыпную.	Перестроение в колонну по два в движении.	колонне по одному, продолжительность до 1 минуты, темп бега умеренный; переход на ходьбу.	чередовании с обычной ходьбой.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С осенними листочками	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, энергично отталкиваясь от пола. 3. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, бросая мяч двумя руками снизу.	1. Прыжки на двух ногах – упражнение «Достань до предмета». 2. Броски малого мяча вверх двумя руками. 3. Бег в среднем темпе до 1,5 минуты.	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 2. Равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом, руки на пояс, голову и спину держать прямо. 3. Броски мяча вверх двумя руками и ловля его.	1. Пролезание в обруч боком, не задевая за верхний край, в плотной группировке. 2. Равновесие – ходьба, перешагивая через препятствие. 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен, - как пингвины.
Подвижные игры	«Запрещенное движение»	«Перелет птиц»	«Зайцы в огороде»	«Ключи»

Игра малой подвижности	«Тише едешь – дальше будешь»	Упражнение «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте»	Малоподвижная игра «Вершки и корешки»	«Назови предметы» (назвать мелкий физкультурный домашний инвентарь)
Октябрь				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через три обруча, прыжки на двух ногах через препятствие); проявляет активность при участии подвижных игр; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение утренней гимнастики и подвижной игры; контролирует свое самочувствие во время проведения упражнений и подвижных игр.				
Тема	Дом, в котором мы живем, моя страна, моя планета	Мебель	Домашние животные и птицы	Дикие животные средней полосы
Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному, бег колонной по одному продолжительностью до 1 минуты с перешагиванием через бруски; переход на ходьбу.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Поворот!» - дети поворачиваются кругом и продолжают ходьбу. Бег с перешагиванием через бруски.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. На редкие удары в бубен – ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом. На частые удары в бубен – ходьба быстрым шагом, коротким, семенящим. Бег врассыпную.	Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки. Построение в колонну по два (пары). Ходьба в колонне по два, на команду: «Поворот!» - дети поворачиваются через левое плечо и продолжают ходьбу. Бег врассыпную.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С гимнастической палкой	С малым мячом	С обручем

Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на пояс . 2. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры. 3. Броски мяча двумя руками, стоя в шеренге	1. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Броски мяча (большой диаметр) друг другу двумя руками из-за головы. 3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. 2. Лазанье – подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола. 3. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	1. Ползание – пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола 2. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет. 3. Прыжки на двух ногах на препятствие (мат).
Подвижные игры	«Городки»	«Уголки»	«Кот и мыши»	«Хитрая лиса»
Игра малой подвижности	Дыхательное упражнение «Кремлевские часы»	«Береги мебель»	Аттракцион «Накорми кролика».	Дыхательное упражнение «Еж»

Ноябрь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег враспынную, ведение мяча, ползание по гимнастической скамейке); следит за осанкой.

Тема	Эти мудрые добрые сказы и сказки	Все работы хороши – выбирай на вкус!	Дом, в котором мы живем	Народная игрушка
Вводная	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким	Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменить направление движения к окну, к флажку, к гимнастической	Перестроение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба с ускорением и замедлением темпа	Построение в шеренгу, колонну, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному, ходьба, на команду

	подниманием колен, бег врассыпную, бег между предметами.	стенке. Бег между кубиками. Ходьба и бег в чередовании, перестроение в колонну по трое.	движения по сигналу; бег между предметами.	«Фигуры!» - остановиться и изобразить кого-либо, при ходьбе врассыпную, бег врассыпную.
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	Без предметов	С большим мячом	На гимнастической скамейке
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая малый мяч перед собой и за спиной. 2. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед, по прямой, вначале на правой, затем на левой ноге. 3. Переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах.	1. Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно. 2. Переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками. 3. Ведение мяча, продвигаясь вперед шагом.	1. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. 2. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода. 3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. 2. Прыжки на правой и левой ноге до предмета. 3. Лазанье – подлезание под шнур боком.
Подвижные игры	«Жираф»	«Белые медведи»	«Пожарные на ученье»	«Автомобили»
Игра малой подвижности	«Крокодил»	«Пингвины»	«Маляры»	«Поезд»

Декабрь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх, ползание по гимнастической скамейке, перебрасывание мяча друг другу); знает предметы санитарии и гигиены; проявляет активность при участии в подвижных играх; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений утренней гимнастики под музыку и чтение стихотворений.

Тема	«Машины разные нужны, машины разные важны»	Детям об обязанностях и правах	Зима в лесу и в городе	Волшебник – Новый год (дни новогодних сюрпризов, подарков, писем)
Вводная	Построение в одну шеренгу, проверка равнения и осанки. Ходьба в колонне; бег в колонне по одному между предметами. Ходьба и бег в чередовании.	Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки, перестроение в колонну по одному. Ходьба по кругу. Подается сигнал к остановке движения и следует остановка, поворот в другую сторону и бег по кругу.	Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки, перестроение в колонну по одному. Ходьба врассыпную, на команду «Сделай фигуру» - остановка и выполнение задания, на следующую команду – бег врассыпную.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу, выполнение поворотов вправо и влево по ходу движения. Ходьба и бег врассыпную.
Общеразвивающие упражнения	С обручем	С флажками	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по наклонной доске боком, руки в стороны.	1. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге.	1. Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах.	1. Лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.

	2. Прыжки на двух ногах через бруски. 3. Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы.	2. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Ползание на четвереньках между предметами.	2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками за края скамейки. 3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на пояс).	2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. 3. Прыжки на двух ногах между предметами.
Подвижные игры	«Мороз Красный нос»	«Круговая лапта»	«Совушка»	«Два Мороза»
Игра малой подвижности	Ходьба «Конькобежцы»	«Платочек»	Игровое упражнение «Веселые воробышки»	Игровое упражнение «Снежная королева»

Январь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (лазание, ходьба, прыжки, ведение мяча); самостоятельно и при помощи взрослого выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; проявляет активность при участии в играх с элементами соревнования.

Тема	Каникулы	Зимние развлечения. Рождественские святки	Великие сказочники. День уральского писателя	Братья наши меньшие
Вводная		Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному.	Построение в шеренгу, проверка равнения и осанки, перестроение в	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному,

		Ходьба и бег по кругу, держась за веревку, затем дети останавливаются и перехватывают веревки в другую руку, повторение ходьбы и бега в другую сторону.	колонну по одному. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба между предметами «змейкой», бег врассыпную.	затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону.
Общеразвивающие упражнения		С веревкой (шнуром)	На гимнастической скамейке	С обручем
Основные виды движений		1. Прыжки в длину с места. 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч. 3. Броски мяча вверх.	1. Перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди). 2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на пояс.	1. Лазанье на гимнастическую стенку. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. 4. Ведении мяча в прямом направлении.
Подвижные игры		«Кариес и зубы»	«Салют»	«От дерева до кустарника» (прыжки)
Игра малой		Упражнение	Игровое упражнение	Забавное упражнение

подвижности		«Лучистые глазки»	«Кто быстрее доберется до флага»	«Березка»
Февраль				
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча); знает предметы санитарии и гигиены; контролирует свое самочувствие во время проведения упражнений и подвижных игр; проявляет активность в выполнении простейших танцевальных движений во время утренней гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений утренней гимнастики и игр.</p>				
Тема	Дни родного языка. Сказки русских писателей	Защитники отечества. Родная Армия	Защитники отечества. Родная Армия	Чудо - нос
Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал ходьба и бег врассыпную; бег продолжительностью до 1 минуты в умеренном темпе, с изменением направления; ходьба в колонне по одному.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному, затем в круг. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба и бег между предметами. Перестроение в три колонны справа от гимнастической скамейки.	Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе продолжительностью до 1 минуты (с изменением направления движения); ходьба и бег врассыпную.
Общеразвивающие упражнения	С гимнастической палкой	С большим мячом	На гимнастической скамейке	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической	1. Прыжки в длину с места.	1. Метание мешочков в вертикальную цель	1. Лазанье на гимнастическую

	<p>скамейке, руки в стороны.</p> <p>2. Прыжки через бруски.</p> <p>3. Бросание мячей в корзину, двумя руками из-за головы.</p>	<p>2. Отбивание мяча о пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>3. Лазанье – подлезание под дугу, не касаясь руками пола.</p>	<p>правой и левой рукой (от плеча).</p> <p>2. Подлезание под палку (шнур).</p> <p>3. Перешагивание через шнур.</p>	<p>стенку разноименным способом.</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс (или за голову), приставляя пятку одной ноги к носку другой в среднем темпе.</p> <p>3. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места.</p> <p>4. Отбивание мяча в ходьбе (баскетбольный вариант).</p>
Подвижные игры	«Придумай фигуру»	«Метелица»	«У солдат порядок строгий»	«Чай, чай выручай»
Игра малой подвижности	Игра «Оживление картины»	Релаксация «Сон на берегу моря»	Игровое упражнение: «Снайперы»	Имитирование «Помощники»
Март				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки в высоту с разбега, ползание на четвереньках, по скамейке, метание, ходьба в колонне); проявляет активность при участии в подвижной игре.				
Тема	Мама – слово любимое	Времена года. Весна. Живая и неживая	Школа. Разные науки.	Мыло и вода.

		природа.		
Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал выполнить поворот в другую сторону; бег с поворотом в другую сторону; бег врассыпную.	Построение в шеренгу, проверка осанки и ранения, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде; ходьба и бег врассыпную между кубиками, не задевая их.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; на сигнал ходьба со сменой темпа движения: на частые удары в бубен дети выполняют короткие, семенящие шаги, на редкие удары – широкие шаги; ходьба и бег врассыпную.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по команде перестроение в колонну по два (парами); ходьба в колонне по два и перестроение обратно в колонну по одному; ходьба и бег врассыпную.
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С цветами	С кубиком	С обручем
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между	1. Прыжки в высоту с разбега с приземлением на мат. 2. Метание мешочков в вертикальную цель. 3. Ползание на четвереньках между предметами.	1. Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьему»). 2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти	1. Лазанье под шнур боком, не касаясь его. 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 3. Равновесие – ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой.

	шеренгами.		дальше. 3. Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед.	
Подвижные игры	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Краски»	«Перелет птиц»
Игра малой подвижности	Психогимнастика «Ласкушенька»	Игра «Выбери приятный запах»	Дыхательное упражнение «Насос»	Упражнение «Ласточка»

Апрель

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба по гимнастической скамейке, метание мяча в вертикальную цель, ходьба и бег по кругу); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; знает предметы санитарии и гигиены; контролирует свое самочувствие при проведении упражнений и подвижных игр; проявляет активность при участии в играх с элементами соревнования.

Тема	Весна шагает по планете	Астрономия для детей	Красная книга Урала	Целебные звуки
Вводная	Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой; бег врассыпную.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег между предметами.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, перестроение в колонну по одному. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по команде; ходьба и бег с перешагиванием	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег колонной по одному между предметами.

			через кубики.	
Общеразвивающие упражнения	С гимнастической палкой	С короткой скакалкой	ОРУ с летающими тарелками	Без предметов
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. 2. Прыжки через бруски. 3. Броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. 2. Прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах. 3. Пролезание в обруч прямо и боком.	1. Метание мешочков в вертикальную цель. 2. Ползание по прямой, затем переползание через скамейку. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.	1. Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек. 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 3. Равновесие – ходьба по канату боком приставным шагом, руки на пояс.
Подвижные игры	«С кочки на кочку»	«Полет»	Эстафета «Картошка в ложке»	«Веночек»
Игра малой подвижности	Народная игра «12 палочек»	«Кто на чем полетит»	Дыхательное упражнение «Буря в стакане»	Восточная гимнастика «Кувшинчик»

Май

Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (прыжки в длину с разбега, ползание по скамейке, метание, ходьба и бег между предметами и с поворотами); проявляет активное участие в выполнении простейших танцевальных движений во время утренней

гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упражнений утренней гимнастики.				
Тема	День Победы	Творчество для детей: писатели, художники, поэты, композиторы	Эти удивительные насекомые	Заключительная диагностика
Вводная	Ходьба в колонне по одному, на сигнал: «Поворот!» - повернуться кругом и продолжать движение; ходьба и бег в рассыпную.	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; на сигнал ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры; ходьба и бег в рассыпную.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба колонной по одному между предметами (кубики, мячи); ходьба и бег в рассыпную между предметами.	Построение в шеренгу, объяснение задания, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений по команде. Игровое упражнение «Быстро в колонны!».
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до флажка. 3. Броски мяча о	1. Прыжки в длину с разбега. 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 3. Ползание по прямой на ладонях и ступнях «по-медвежьей».	1. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками. 2. Лазанье – пролезание в обруч правым и левым боком в группировке. 3. Равновесие – ходьба по гимнастической	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков. 2. Равновесие – ходьба с перешагиванием через набивные мячи,

	стену одной рукой, ловля мяча двумя руками.		скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.	руки на пояс. 3. Прыжки на двух ногах между кеглями.
Подвижные игры	«Разведчики»	«Медведь и пчелы»	Эстафета «Дружба»	«Перелет птиц»
Игра малой подвижности	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	Игровое упражнение «Муравьи»	Игра «Хоровод»	Упражнение: «Ласточка»

Подготовительный к школе возраст (6 – 7 лет)

Этапы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
1	2	3	4	5
Сентябрь				
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние – 3 м) (<i>физическая культура</i>); переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и деятельности сверстников, взрослых, ее успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности и двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их (<i>социализация, коммуникация</i>).</p>				
Тема	Здравствуй, детский сад! День знаний	Дорожная азбука - мы пассажиры, мы пешеходы	Наш край родной осенью порой (деревья, растительный мир, лекарственные растения)	Первичная диагностика
Вводная	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.	Ходьба в колонне по одному с изменением положения рук по сигналу и сохранением дистанции. Бег в колонне по одному в умеренном темпе. Перестроение в	Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах. Бег в умеренном темпе. Перестроение в колонну по три.	Ходьба и бег по кругу в чередовании. Поворот в ходьбе, беге производится по сигналу. Перестроение в три колонны.

		колонну по три.		
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С флажками	С малым мячом	С палками
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой с мешочком на голове. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу, стоя в шеренгах.	1. Прыжки с доставание предмета, с небольшого разбега. 2. Перебрасывание мяча через шнур друг другу. 3. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его.	1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Упражнение на умение сохранять равновесие и удерживать правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке.	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке; на середине присесть, хлопнуть в ладоши, выпрямиться и пойти дальше. 3. Прыжки из обруча в обруч.
Подвижные игры	«Запрещенное движение»	«Перелет птиц»	«Зайцы в огороде»	«Ключи»
Игра малой подвижности	«Тише едешь – дальше будешь»	Упражнение «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте»	Малоподвижная игра «Вершки и корешки»	«Назови предметы» (назвать мелкий физкультурный домашний инвентарь)

Октябрь

<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках (<i>физическая культура</i>); выполняют физические упражнения под музыку, согласуют ритм движения с музыкальным сопровождением; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; стремятся проявлять максимальные физические качества при выполнении движений, оценивают их выполнение, общий результат; испытывают интерес к физической культуре, участвуют в играх с элементами спорта (<i>музыка, познание, здоровье, физическая культура, социализация</i>).</p>				
Тема	Моя семья	Обитатели родного края (животные, птицы, рыбы)	Кладовая сада, огорода, леса, луга	Веселые движения
Вводная	Ходьба в колонне по одному между предметами. Бег «змейкой». Перестроение в три колонны.	Ходьба с изменением направления движения по сигналу; бег с перешагиванием через предметы. Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу переход на ходьбу с высоким подниманием колен (руки на поясе). Бег в среднем темпе (до 1,5 минуты). Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу смена темпа движения. Бег врассыпную, используя все пространство зала. Перестроение в три колонны.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С обручем	На гимнастической скамейке	С мячом

Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, руки за голову; на середине присесть, руки в стороны; поднять руки и пройти дальше. 2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры. 3. Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками.	1. Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги. 2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед (баскетбольный вариант). 3. Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении.	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.	1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой. 2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами по двум сторонам зала. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.
Подвижные игры	«Городки»	«Уголки»	«Кот и мыши».	«Хитрая лиса»
Игра малой подвижности	Дыхательное упражнение «Кремлевские часы»	«Береги мебель»	Аттракцион «Накорми кролика».	Дыхательное упражнение «Еж»

Ноябрь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо; боком приставным шагом; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных исходных положений, попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м (*здоровье, физическая культура*); выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе,

<p>под музыку, по словесной инструкции; следят за правильной осанкой; проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно используют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; достигают успеха в установлении вербальных и невербальных контактов со взрослыми и детьми в различных видах деятельности и общении; участвуют в играх с элементами спорта (<i>физическая культура, музыка, социализация, коммуникация, познание</i>)</p>				
Тема	Эти мудрые добрые сказы и сказки	Все работы хороши – выбирай на вкус!	Дом, в котором мы живем	Народная игрушка
Вводная	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с ускорением и замедлением темпа движения. Перестроение в колонну по три.	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).	Ходьба и бег в колонне по одному между кубиками, поставленными в две линии по двум сторонам зала; бег врассыпную. Ходьбу и бег повторить в чередовании. Перестроение в колонну по три.	Ходьба и бег между предметами. Построение в три колонны.
Общеразвивающие упражнения	Без предметов	С короткой скакалкой	С кубиками	Без предметов
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по канату (шнуру) боком, приставным шагом двумя способами: пятки на полу, носки на канате, носки или середина стопы на	1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.	1. Ведение мяча в прямом направлении (баскетбольный вариант) и между предметами. 2. Лазанье под дугу. 3. Равновесие. Ходьба на носках, руки за	1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет (по диагонали). 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева

	канате. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры. 3. Эстафета с мячом «Мяч водящему».	3. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах (способ – двумя руками из-за головы).	головой между набивными мячами, положенными в одну линию.	попеременно. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 4. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.
Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Белые медведи»	«Пожарные на ученье»	«Автомобили»
Игра малой подвижности	«Крокодил»	«Пингвины»	«Маляры»	«Поезд»

Декабрь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, перебрасывают мяч друг другу из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние - 3 м), отбивают мяч в движении, лазают по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи (физическая культура); имеют представления о необходимости движений и регулярных занятиях физкультурой, оценивают их влияние на собственную силу, быстроту, ловкость, выносливость, самостоятельно расширяют представления о сохранении здоровья, могут убедить собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил здорового образа жизни, используя форму речи-доказательства (*познание, здоровье, коммуникация*).

Тема	«Машины разные нужны, машины разные важны»	Детям об обязанностях и правах	Зима в лесу и в городе	Волшебник – Новый год (дни новогодних сюрпризов, подарков, писем)
Вводная	Ходьба с	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по	Построение в

	выполнением движений руками. Бег врассыпную. Перестроение в колонну по три.	одному, на сигнал ходьба широким свободным шагом; мелким, семенящим шагом, руки на пояс; бег между набивными мячами. Перестроение в колонну по три.	одному с ускорением и замедление темпа движения по сигналу (широкими свободными шагами и коротким, семенящим шагом); бег врассыпную; чередование ходьбы и бега. Перестроение в колонну по три.	шеренгу, проверка осанки и равнения. Перестроение 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 выполняют поворот без остановки движения.
Общеразвивающие упражнения	В парах	Без предметов	С малым мячом	Без предметов
Основные виды движений	1. Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их (кегли, кубики, набивные мячи). 3. Бросание малого	1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. 2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне». 3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях.	1. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков. 3. Равновесие – ходьба по рейке гимнастической	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс. 3. Прыжки на двух

	мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками.		скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс.	ногах с мешочком, зажатых между колен.
Подвижные игры	«Мороз Красный нос»	«Круговая лапта»	Совушка»	«Два Мороза»
Игра малой подвижности	Ходьба «Конькобежцы»	«Платочек»	Игровое упражнение «Веселые воробышки»	Игровое упражнение «Снежная королева»

Январь

Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходят приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и враспынную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений (*физическая культура*); проявляют элементы творчества при выполнении физических упражнений и игр, активно применяют двигательный опыт и навыки здорового образа жизни в новых обстоятельствах; используют специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; сохраняют правильную осанку в различных видах деятельности; развивают быстроту, выносливость, ловкость, гибкость; придумывают собственные игры; участвуют в играх с элементами спорта; самостоятельно действуют в повседневной жизни (*здоровье, физическая культура, социализация, труд, коммуникация*).

Тема	Каникулы	Зимние развлечения. Рождественские святки	Великие сказочники. День уральского писателя	Братья наши меньшие
Вводная		Ходьба в колонне по одному, по команде выполняя задания для рук – за голову, на пояс, вверх; ходьба и	Ходьба в колонне по одному в обход зала. По сигналу ходьба с перешагиванием через шнуры	Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию: ходьба и

		бег врассыпную. Перестроение в колонну по три.	попеременно правой и левой ногой без паузы. Ходьба и бег врассыпную, ходьба в колонне и перестроение в три колонны.	бег врассыпную по всему залу; ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны.
Общеразвивающие упражнения		С кубиком	С малым мячом	Со скакалкой
Основные виды движений		1. Прыжки в длину с места (на мат). 2. «Поймай мяч». Дети образуют тройки. 3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой.	1. Подбрасывание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 2. Лазанье под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края. 3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через кубики.	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 2. Равновесие – ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3. Прыжки через короткую скакалку различными способами.
Подвижные игры		«Кариес и зубы»	«Салют»	«От дерева до кустарника» (прыжки)
Игра малой		Упражнение	Игровое упражнение	Забавное упражнение

подвижности		«Лучистые глазки»	«Кто быстрее доберется до флага»	«Березка»
Февраль				
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную; перестраиваются в колонны по двое и по трое, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками (<i>физическая культура</i>); сохраняют равновесие и правильную осанку, участвуют в играх с элементами спорта, считаются с интересами и мнением других в игре; используют в самостоятельной деятельности разнообразные по содержанию подвижные игры; любят активный отдых; проявляют самостоятельность в выполнении правил и норм поведения (<i>социализация, здоровье, физическая культура, коммуникация</i>).</p>				
Тема	Дни родного языка. Сказки русских писателей	Защитники отечества. Родная Армия	Защитники отечества. Родная Армия	Чудо - нос
Вводная	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания в форме игры «Река и ров». Ходьба в колонне по одному до следующего сигнала.	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 в рассыпную.	Ходьба в колонне по одному; на сигнал ходьба широким свободным шагом; семенящими шагами. Подпрыгивания попеременно на правой и левой ноге в движении по кругу (два прыжка на одной ноге, затем два прыжка на другой); переход на обычную ходьбу колонной по	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Стоп!» остановиться, выполнить поворот кругом и продолжить ходьбу. Ходьба и бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне (в чередовании).

			одному, перестроение в колонну по три.	
Общеразвивающие упражнения	С обручем	С палкой	Без предметов	С мячом (большой диаметр)
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками. 3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры (без паузы).	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 под дугу (шнур) прямо и боком.	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. 3. «Попади в круг».	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.
Подвижные игры	«Придумай фигуру»	«Метелица»	«У солдат порядок строгий»	«Чай, чай выручай»
Игра малой подвижности	Игра «Оживление картины»	Релаксация «Сон на берегу моря»	Игровое упражнение: «Снайперы»	Имитирование «Помощники»

Март

Планируемые результаты развития интегративных качеств: выполняют правильно все виды основных движений; ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге; умеют

<p>перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения; ориентируются в пространстве (<i>физическая культура, познание</i>); сохраняют равновесие, следят за осанкой; самостоятельны в организации всех видов игр; выполняют правила и нормы поведения; испытывают интерес к народным играм, умеют договариваться, планировать и обсуждать действия всех играющих, справедливо оценивают результаты игры; имеют представление о значении двигательной активности в жизни человека (<i>здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, познание</i>).</p>				
Тема	Мама – слово любимое	Времена года. Весна. Живая и неживая природа.	Школа. Разные науки.	Мыло и вода.
Вводная	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между кеглями и кубиками; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному, игровое задание «Река и ров» (с прыжками); ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба на носках, руки за голову; переход на обычную ходьбу; ходьба в полуприседе, руки на коленях; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег врассыпную с остановкой по сигналу.
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С цветами	С палкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу – на середине разойтись	1. Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. 2. Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя	1. Метание мешочков в горизонтальную цель. 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках («Кто	1. Лазанье на гимнастическую стенку. 2. Равновесие – ходьба по прямой с перешагиванием

	<p>таким образом, чтобы сохранить равновесие и не упасть со скамейки.</p> <p>2. Прыжки. Выполняется шеренгами. Задание: передвигаться прыжками на двух ногах вперед способом ноги врозь, ноги вместе.</p> <p>3. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге».</p>	<p>руками и ловля его после отскока от пола (земли).</p> <p>3. Ползание под шнур, не касаясь руками пола (сгруппироваться «в комочек»).</p>	<p>быстрее»).</p> <p>3. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют (или руки на пояс).</p>	<p>через набивные мячи, разложенные на расстоянии одного шага воспитанника, попеременно правой и левой ногой, руки за голову.</p> <p>3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами (кубики, набивные мячи, кегли).</p>
Подвижные игры	Эстафета «Собери цветы»	«Собери ручейки в речку»	«Краски»	«Перелет птиц»
Игра малой подвижности	Психогимнастика	Игра «Выбери приятный запах»	Дыхательное упражнение «Насос»	Упражнение «Ласточка»

Апрель

Планируемые результаты развития интегративных качеств: могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4—5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель; выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения (*физическая культура, музыка*); следят за правильной осанкой; интересуются физической культурой, спортивными играми и отдельными достижениями в области спорта; участвуют в играх с элементами спорта, самостоятельны в организации оптимальной двигательной

<p>деятельности, в том числе подвижных игр, уверенно анализируют их результаты; демонстрируют освоенную культуру движений в различных видах детской деятельности; активно участвуют в физкультурных досугах и праздниках (<i>познание, здоровье, физическая культура, социализация, коммуникация, музыка</i>).</p>				
Тема	Весна шагает по планете	Астрономия для детей	Красная книга Урала	Целебные звуки
Вводная	Игра «Быстро возьми». Ходьба в колонне по одному, ходьба вокруг кубиков (кубиков на две меньше количества детей); бег; переход на ходьбу. «Быстро возьми!», каждый воспитанник должен быстро взять кубик.	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 врассыпную.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному. По сигналу перестроение в пары (колонна по два); ходьба колонной по одному; ходьба и бег врассыпную.	Игровое задание «По местам».
Общеразвивающие упражнения	С малым мячом	С обручем	ОРУ с летающими тарелками	На гимнастических скамейках
Основные виды движений	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.	1. Прыжки в длину с разбега. 2. Броски мяча друг другу в парах. 3. Ползание на четвереньках – «Кто быстрее до кубика».	1. «Кто дальше бросит». 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове,	1. Бросание мяча в шеренгах. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Равновесие – ходьба на носках между предметами с мешочком на голове.

	3. Переброска мячей в шеренгах.		перешагивая через предметы. 4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед («Кто быстрее до предмета»).	
Подвижные игры	«С кочки на кочку»	«Полет»	Эстафета «Картошка в ложке»	«Веночек»
Игра малой подвижности	Народная игра «12 палочек»	«Кто на чем полетит»	Дыхательное упражнение «Буря в стакане»	Восточная гимнастика «Кувшинчик»

Май

Планируемые результаты развития интегративных качеств: согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта (*физическая культура, музыка*); сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам; испытывают потребность в ежедневной двигательной активности; имеют представление о правилах и видах закаливания, пользе пребывания на свежем воздухе; развивают физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость (*социализация, здоровье, физическая культура*)

Тема	День Победы	Творчество для детей: писатели, художники, поэты, композиторы	Эти удивительные насекомые	Заключительная диагностика
Вводная	Ходьба в колонне по одному; по сигналу перестроение в пары по ходу движения (без остановки); бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; ходьба со сменой темпа движения по сигналу; ходьба и бег врассыпную.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба по кругу, бег по кругу с поворотом в другую сторону в движении (без	Ходьба в колонне по одному; на сигнал «Аист!», «Лягушки!», «Мышки!». Ходьба и бег врассыпную.

			остановки); ходьба и бег в рассыпную.	
Общеразвивающие упражнения	С обручем	С мячом (большой диаметр)	Без предметов	С палками
Основные виды движений	<p>1. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг. В конце скамейки сойти, не прыгая.</p> <p>2. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием.</p>	<p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>3. Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча.</p>	<p>1. Метание мешочков на дальность.</p> <p>2. Равновесие – ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p>	<p>1. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, ходьба по рейке (четвертая рейка) и спуск вниз.</p> <p>2. Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах между кеглями.</p>
Подвижные игры	«Разведчики»	«Медведь и пчелы»	Эстафета «Дружба»	«Перелет птиц»
Игра малой подвижности	Игровое упражнение «Меткие стрелки»	Игровое упражнение: «Муравьи»	Игра «Хоровод»	Упражнение: «Ласточка»