

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
Порошинский детский сад №12
Камышловского муниципального района Свердловской области

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
МКДОУ Порошинский детский
сад № 12
Протокол № 1
от «13» августа 2021г

УТВЕРЖДЕНО:
приказом заведующего МКДОУ
Порошинский детский сад № 12
Приказ № 20 от «13» августа 2021г.
А.Л.Гок А.Л.Гок



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА **инструктора по физической культуре** **на 2021-2022 учебный год**

Разработчик:
инструктор по
физкультуре
Токарева А.А.

Муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения
Порошинский детский сад №12
Камышловского муниципального района Свердловской области

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МКДОУ Порошинский
детский сад № 12
Протокол № ____ от «____» _____ 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом заведующего
МКДОУ Порошинский
детский сад №12
№ ____ от «____» _____ 2021 г.
_____/А.Л.Гок

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре

на 2021-2022 учебный год

Разработчик:
инструктор по
физкультуре
Токарева А.А.

п\о Порошино
2021 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы в образовательной области «Физическое развитие».....	4
1.3. Принципы и подходы к формированию программы	4
1.4. Значимые характеристики для разработки и реализации Программы	4
1.5. Планируемые результаты освоения программы	
1.5.1.Целевые ориентиры образовательной деятельности	4

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области “Физическое развитие”.....	6
2.1.1.Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с образовательными областями.....	6
2.1.2. Содержание работы по разделам «формирование начальных представлений о здоровом образе жизни» и «физическая культура».....	6
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы по образовательной области «физическое развитие».....	14
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	16
2.3.1. Система физкультурно-оздоровительной работы.....	16
2.3.2.Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения.....	20
основной общеобразовательной программы дошкольного образования (физическое развитие).....	20
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	22
2.5. Особенности взаимодействия с другими участниками образовательного процесса.....	28
2.6. Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития.....	29

III Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитанию. Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие».....	32
3.2.Организация режима пребывания детей в ДОУ.....	35
3.3. План образовательной деятельности на 2021-2022 учебный год.....	38
3.4. Расписание непосредственно организованной образовательной деятельности.....	39
3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	40
3.6. Комплексно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности на 2021-2022 учебный год.....	43

IV. Краткая презентация ООП ДО МКДОУ Порошинский детский сад №12.....

Список литературы.....	52
------------------------	----

ПРИЛОЖЕНИЕ.....	53
-----------------	----

I. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Основанием для разработки рабочей программы служат нормативные, законодательные акты, концептуальные положения, программные документы, федерального регионального, муниципального уровня, уровня образовательного учреждения.

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей региона и муниципального района, образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов воспитанников. Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени дошкольного образования.

Кроме того учтены концептуальные положения используемой в ДООУ примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой (М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014) и основной образовательной программы ДО МКДООУ Порошинский детский сад №12.

Рабочая программа инструктора по физической культуре по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 2.5 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

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

Программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному образованию:

- Конституция Российской Федерации;
- «Конвенция ООН о правах ребенка» одобрена генеральной ассамблеей ООН 25.11.1989 года. Вступила в силу СССР и Российской Федерации 15.09.1990года;
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155);
- Приказ Министерства просвещения от 31 июля 2020 г. № 373 «об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 «Об утверждении санитарно-

эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

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

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 июня 2020 г. N 16 г. Москва Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";

- Федерального закона от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- - Закон Свердловской области «Об образовании» от 08.06.2012г. № 43-03;

- - Указ Президента РФ от 24 марта 2014 года № 172 «О ФСК ГТО», Постановление Правительства РФ «Об утверждении положения о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО) от 11 июня 2014 г. N 540.

- Основная общеобразовательная программа МКДОУ Порошинский детский сад №12;

- Устав МКДОУ Порошинский детский сад №12.

1.2. Цель и задачи программы в образовательной области «Физическое развитие»

Цель данной программы - научить каждого ребенка самостоятельно оздоравливаться, закалять себя, используя выработанную двигательную потребность и любимые физические упражнения, виды спорта.

Задачи:

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

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

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в МКДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, наметит пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Основными подходами к формированию Программы являются:

- *зона ближайшего развития* – обучение определяется содержанием предлагаемых взрослым задач, которые ребенок еще не может решить самостоятельно, но способен выполнить в совместной с взрослым деятельности. Развитие выступает как важнейший результат успешности воспитания и обучения детей.

- *культурологический подход* – воспитание и обучение ребенка строится на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, а один из главных критериев отбора программного материала — его воспитательная ценность.

- *деятельностный подход* - обучение строится на базе характерных для дошкольного возраста видах деятельности. Ребенок развивается тогда, когда он является активным участником, субъектом процесса обучения, занимается важным и интересным для него делом.

- *развивающее обучение* - педагог должен в своей работе стремиться сделать обучение развивающим, то есть направленным не столько на накопление знаний, сколько на развитие умения думать, рассуждать, вступать в диалог, отстаивать свою точку зрения.

пространство детской реализации) — необходимое условие развития индивидуальности и формирования личности ребенка. Педагог должен уметь поддерживать инициативу ребенка на всех этапах, во всех видах деятельности.

- *личностно-ориентированный подход*, который предусматривает организацию образовательного процесса на основе признания уникальности личности ребенка и создания условий для ее развития на основе изучения задатков, способностей, интересов, склонностей;

- *средовой подход*, ориентирующий на использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка.

- *системный подход*. Относительно самостоятельные компоненты рассматриваются как совокупность взаимосвязанных компонентов: цели образования, субъекты педагогического процесса: педагог и воспитанник, содержание образования, методы, формы, средства педагогического процесса. Задача воспитателя: учет взаимосвязи компонентов.

1.4. Значимые характеристики для разработки и реализации Программы

Природно-климатические условия Среднего Урала сложны и многообразны. Достаточно длинный весенний и осенний периоды. Предусматривается ознакомление детей с природно-климатическими условиями и особенностями Свердловской области, прививать любовь к здоровому образу жизни, к систематическим занятиям физкультурой на свежем воздухе с преподавателем и самостоятельно. При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона: время начала и окончания тех или иных явлений (гололед, таяние снега и т.д.) погодные условия и интенсивность их протекания. Свердловская область – средняя полоса России. Основными чертами климата являются: холодная зима, сухое, жаркое или дождливое лето.

В теплое время года жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе.

График образовательного процесса составлен в соответствии с выделением двух периодов:

1) холодный период - образовательный: (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и осуществляется планирование непосредственно образовательной деятельности с детьми в разнообразных формах работы;

2) летний период - оздоровительный (июнь-август), для которого составляется другой режим дня, осуществляется оздоровительная и культурно-досуговая деятельность.

При планировании образовательного процесса во всех возрастных группах вносятся коррективы в физкультурно-оздоровительную работу. Учитывая климатические и природные особенности Уральского региона, два раза непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию проводится в зале и один раз – на воздухе.

Занятия с детьми в холодный период предусматриваются в соответствии с требованиями СанПиН и режимом/распорядком дня. Проведение занятий определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Занятия не проводятся при t воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4-х лет; для детей 5-7 лет при t воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с .

Особое внимание уделяется одежде детей, которая соответствует погодным условиям. На зимних занятиях дети одевают утепленные куртки и штаны (комбинезоны) спортивного фасона.

1.5 Планируемые результаты освоения программы

Требования к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования. К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные характеристики возможных достижений ребенка.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей.

Настоящие требования являются ориентирами для:

- а) решения задач формирования Программы; анализа профессиональной деятельности; взаимодействия с семьями воспитанников;
- б) изучения характеристик образования детей в возрасте от 1,5 лет до 8 лет;
- в) информирования родителей (законных представителей) и общественности относительно целей дошкольного образования.

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

Программа инструктора по физической культуре опирается на целевые ориентиры дошкольного образования, определенные ФГОС дошкольного образования:

Целевые ориентиры образования в младенческом и раннем возрасте:

- Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действие с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижениях результата своих действий;
- Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначения бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- Владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает название окружающих предметов и игрушек;
- Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях; проявляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.)

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании 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, умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.

- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.

- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.

- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.

- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

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 социальным нормам, умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.

- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.

- 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.

- Проявляет ответственность за начатое дело.

- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры) Программы «От рождения до школы» базируются на ФГОС ДО и целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке к Программе. Ожидаемые образовательные результаты освоения детьми программы «От рождения до школы» конкретизированы с учётом возрастных возможностей детей в содержательном разделе Программы.

Планируемые результаты освоения программы

- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа, стремится к неповторимости, индивидуальности в своих движениях;
- ребенок способен придумывать композицию образно-пластического этюда по заданному сюжету, внося в нее (импровизационно) собственные детали и оригинальные «штрихи» воплощения образа;
- ребенок использует в самостоятельной деятельности, организует совместно с детьми разнообразные по содержанию подвижные игры народов Урала, способствующие развитию психофизических качеств, координации движений;
- ребенок с удовольствием делится своими знаниями об основных способах обеспечения и укрепления доступными средствами физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала;
- ребенок владеет основами безопасного поведения: знает, как позвать на помощь, обратиться за помощью к взрослому; знает свой адрес, имена родителей, их контактную информацию; избегает контактов с незнакомыми людьми на улице; различает некоторые съедобные и ядовитые грибы, ягоды, травы, проявляет осторожность при встрече с незнакомыми животными; соблюдает правила дорожного движения; поведения в транспорте;
- ребенок проявляет интерес к подвижным и спортивным, народным играм традиционным для Урала;
- ребенок понимает значение укрепления здоровья и безопасного поведения.

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие»

2.1.1. Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с образовательными областями

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Образовательная область	Задачи
«Социально-коммуникативное развитие»	Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
«Художественно-эстетическое развитие»	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.
«Речевое развитие»	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.
«Познавательное развитие»	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

2.1.2. Содержание работы по разделам «формирование начальных представлений о здоровом образе жизни» и «физическая культура»

Вторая младшая группа (3-4 года)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище, об овощах и фруктах. Молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком. Мячей. Диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании, продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазания. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении, при выполнении движений на равновесие.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др. Выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений.

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной активности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазания, ползания, ловкость.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила. Согласовывать движения. Ориентироваться в пространстве.

Основные виды движений:

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Упражнение на равновесие. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы. Рейки; по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

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

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди,

правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

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

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Средняя группа (4 – 5 лет).

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека.

Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием (Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми), «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Развивать умение заботиться о своем здоровье.

Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура.

Формировать правильную осанку.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.

Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей.

Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Основные виды движений

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

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

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего.

Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

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

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному; в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

Старшая группа (5 – 6 лет).

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания.

Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Учитывать характеризовать свое самочувствие.

Раскрыть возможности здорового человека.

Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.

Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура

Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.

Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.

Основные движения

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

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

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках

(расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в-колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет).

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека. Учить использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Учить активному отдыху.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Упражнять в перелезании с пролета на пролег гимнастической стенки по диагонали.

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Основные виды движений

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнение в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических кадров

- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, физической подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.
- сдача нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- противорецидивное лечение хронических заболеваний
- дегельминтизация

Система оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.Обеспечение здорового ритма жизни				
1.1	- щадящий режим в адаптационный период	Все группы	ежедневно	Воспитатели, медработник, педагоги
1.2	- гибкий режим дня		в адаптационный период	
1.3	- определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, организация благоприятного микроклимата		ежедневно	
2.Двигательная активность				
2.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
2.2	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию в зале; на улице.	Все группы Кроме ран.возр.	2 р. в неделю 1 р. в неделю	Инструктор ФК, Воспитатели
2.3	Спортивные упражнения и элементы спортивных игр	Старший дошкольный возраст	2 р. в неделю	Воспитатели, инструктор по ФК
2.4	Активный отдых спортивный праздник; физкультурный досуг; поход в лес.	Все группы Все группы Стар.дошк. возраст	2 р. в год 1 р. в месяц 1 р. в год	Инструктор ФК, воспитатели
2.5	Самостоятельная двигательная активность с использованием спортивного инвентаря	все группы	ежедневно	воспитатели

2.6	Каникулы (НОД проводится только по физическому и художественно-эстетическому развитию)	Все группы	2 р. в год (в соответствии с календ уч.граф)	Все педагоги
3.Питание				
3.1	Полноценное питание, согласно требованиям действующих СанПин	Все группы	ежедневно 4-разовое	Работники пищеблока, медработники
3.2	С- витаминизация	Все группы	постоянно	Врач-педиатр, медсестра
4.Закаливание				
4.1	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После днев-о сна	Воспитатели
4.2	Ходьба босиком	Все группы	Лето	Воспитатели
4.3	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели мл. воспит-и
4.4.	Мытьё рук, лица	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели
5.Лечебно – профилактические мероприятия				
5.1	Осмотр детей врачом-педиатром	до 3 лет с 3 до 7 лет	2 раза в год 1 раз в год	Врач-педиатр
5.2	Диспансеризация детей	Все группы	согласно плану 1 раз в год	Узкие специалисты
5.3	Сдача анализов крови, мочи	дети 3, 6-7 л	1 раз в год	Медработники
5.4	Обследование на гельминты	Все дети	1 раз в год	Медработники
5.5	Проведение профилактических прививок	Все дети	Согласно календарю прививок	Врач-педиатр, медсестра
5.6	Профилактика гриппа и инфекций (проветривание, влажная уборка с дезсредствами, кварцевание)	Все группы	В неблаго-приятный период (осень, весна)	Врач-педиатр, медсестра
5.7	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр. период	Воспитатели медсестра
5.8	Полоскание горла после приема пищи	Старший дошк. возраст	В течение года	Воспитатели мл. воспит-и

Модель закаливания детей дошкольного возраста

фактор	Мероприятия	место в режиме дня	периодичность	дозировка	2-3 года	3- 4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
вода	полоскание рта	после каждого приема пищи	ежедневно 3 раза в день	50-70 мл воды t воды +20		+	+	+	+
	обливание ног	после дневной прогулки	июнь-август ежедневно	нач.t воды +18+20 20-30 сек.		+	+	+	+
	Умывание	после каждого приема пищи, после проулки	ежедневно	t воды +28+20	+	+	+	+	+
воздух	облегченная одежда	в течение дня	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+	+
	прогулка на свежем воздухе	после занятий, после сна	ежедневно, в течение года	от 1,5 до 3 часов, в зависимости от сезона и погодных условий	+	+	+	+	+
	утренняя гимнастика на воздухе	утром	июнь-август	в зависимости от возраста	+	+	+	+	+
	физкультурные занятия на воздухе	во время первой прогулки 1 раз в неделю	в течение года	10-30 мин., в зависимости от возраста		+	+	+	+
	воздушные ванны	после сна на прогулке	ежедневно, и июнь-август	5-10 мин., в зависимости от возраста	+	+	+	+	+
	выполнение режима проветривания помещения	по графику	ежедневно, в течение года	6 раз в день	+	+	+	+	+
	дневной сон с открытой фрамугой	после обеда	в теплый период	t возд.+15+16			+	+	+
	бодрящая гимнастика	после сна	ежедневно, в течение года		+	+	+	+	+
	дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на физзанятии, прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражнений	+	+	+	+	+
	дозированные солнечные ванны	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	с 9.00 до 10.00 ч. по графику до 25 мин.	+	+	+	+	+
рецепторы	босохождение в обычных условиях	в течение дня	ежедневно, в течение года	3-5 мин	+	+	+	+	+
	пальчиковая гимнастика	перед завтраком	ежедневно	5-8 мин	+	+	+	+	+
	контрастное босохождение (песок-трава)	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	от 10 до 15мин		+	+	+	+
	Самомассаж	после сна	в течение года	2 раза в неделю		+	+	+	+
	массаж стоп	перед сном	в течение года	1 раз в неделю			+	+	+

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы по образовательной области «физическое развитие»

Основными методами, используемыми, в процессе работы с дошкольниками являются:

- Словесный (беседа, объяснение, оценка, команда)
- Игровой метод.
- Наглядный метод (имитация, использование ориентиров).
- Соревновательный.

Формы организации работы по физическому воспитанию

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Подвижные игры
- Физкультминутки
- Спортивные игры
- Спортивные упражнения
- Физкультурные досуги
- Спортивный праздник

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		самостоятельная деятельность детей	образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
Физкультурные занятия: - сюжетно-игровые, - тематические, - классические, - тренирующие, - на тренажерах, - на улице, - походы. Общеразвивающие упражнения: - с предметами, - без предметов, - сюжетные, - имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, -аэробика, - имитационные движения. Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения. Спортивные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: - оздоровительная, - коррекционная, - полоса препятствий. Упражнения: - корректирующие - классические, - коррекционные.	Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.	Беседа Совместные игры. Походы. Занятия в спортивных секциях. Посещение бассейна.

Методы физического развития

Наглядный	Словесный	Практический
• Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) • Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)	• Объяснения, пояснения, указания • Подача команд, распоряжений, сигналов • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа • Словесная инструкция	• Повторение упражнений без изменения и с изменениями • Проведение упражнений в игровой форме; • Проведение упражнений в соревновательной форме

Средства физического развития

Двигательная активность, занятия физкультурой	Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода)	Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)
--	---	---

Формы проведения физкультурных занятий:

1. Занятия по традиционной схеме.
2. Игровые занятия (состоящие из подвижных игр).
3. Занятия-тренировки в основных видах движений.
4. Занятия-соревнования.
5. Контрольно-проверочные занятия .
6. Сюжетно занятия.
7. Интегрированные занятия.

Способы, применяемые в образовательной области «Физическое развитие»

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданные формы проведения гимнастики данное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т. е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения.

Культурные практики

Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т. е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия воспитателя и ребенка. Такие продукты могут быть как материальными (рассказ, рисунок, поделка, коллаж, экспонат для выставки), так и нематериальными (новое знание, образ, идея, отношение, переживание). Ориентация на конечный продукт определяет технологию создания образовательных ситуаций.

Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций является формирование у детей новых умений в разных видах деятельности и представлений, обобщение знаний по теме, развитие способности рассуждать и делать выводы.

Непосредственно образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей и средней группах детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. В сетке непосредственно образовательной деятельности игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - это дидактические и сюжетно-дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр. При этом обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием непосредственно организованной образовательной деятельности. Организация сюжетно-ролевых, режиссерских, театрализованных игр и игр-драматизаций осуществляется преимущественно в режимных моментах (в утренний отрезок времени и во второй половине дня).

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой и на прогулке.

2.3.2. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования (физическое развитие)

В соответствии с ФГОС система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы (далее система мониторинга) обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей и включает описание объекта, форм, периодичности и содержания мониторинга. Система мониторинга обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижения детей.

Мониторинг осуществляется с целью оптимального построения образовательной работы с дошкольниками.

В процессе мониторинга исследуются физические и антропометрические качества ребенка путем наблюдений, тестов. Данные по обследованию детей 2,6 - 7 лет будут не только характеризовать промежуточные результаты освоения Программы, но и являются исходным ориентиром для построения образовательной работы с дошкольниками в следующей возрастной группе.

На протяжении всего периода освоения Программы (от 2,6 до 7 лет) формируются его отдельные составляющие – промежуточные результаты.

Сформированные интегративные качества ребенка – итоговый результат освоения основной общеобразовательной программы дошкольного образования. На протяжении всего дошкольного детства происходят их изменения, которые отражают возрастные и индивидуальные особенности детей и соответствие им деятельности педагога по реализации образовательных целей Программы.

Периодичность мониторинга установлена образовательным учреждением и обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов. Основная задача мониторинга – определить степень физического развития ребенка и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении.

Обязательным требованием к построению системы мониторинга является использование только тех методов, применение которых позволяет получать необходимый объем информации в оптимальные сроки.

Мониторинг физического развития проводится инструктором физической культуры. Он основывается на базе достижения детьми промежуточных результатов.

Эффективная организация мониторинга позволяет при минимальных затратах времени и усилий получить достоверную информацию о достижениях и продвижении детей в плане их соответствия некоторому среднему уровню, установленному для детей данной возрастной группы, или отклонения от этого среднего уровня.

Комплекс мер и приёмов, направленных на подготовку и сдачу нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Нормативно-тестирующая часть Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) включает государственные требования к физической подготовленности для 11 возрастных групп населения (от 6 лет до 70 лет и старше). Дети старшего дошкольного возраста (6-7,8 лет) выполняют нормативы 1 ступени государственных требований к уровню физической подготовленности при выполнении нормативов ФВСК ГТО.

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) I СТУПЕНЬ (мальчики и девочки 6 - 8 лет)

1. Виды испытаний (тесты) и нормативы

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Челночный бег 3х10 м (сек.)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	или бег на 30 м (сек.)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
2.	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	3	4	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	5	6	13	4	5	11
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	7	9	17	4	5	11
6.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями	Достать пол пальцами	Достать пол пальцами	Достать пол ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
7.	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)	2	3	4	2	3	4
8.	Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)	8.45	8.30	8.00	9.15	9.00	8.30
	или на 2 км	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
	или кросс на 1 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
9.	Плавание без учета времени (м)	10	10	15	10	10	15
Кол-во видов испытаний (тестов) в возрастной группе		9	9	9	9	9	9
Кол-во видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		4	5	6	4	5	6

*Для бесснежных районов страны.

**При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

2. Знания и умения - в соответствии с ФГОС ДО.

3. Рекомендации к недельному двигательному режиму (не менее 10 часов)

№ п/п	Виды двигательной активности	Временной объем в неделю, мин.
1.	Утренняя гимнастика	Не менее 70
2.	Обязательные учебные занятия в образовательных организациях	120
3.	Виды двигательной активности в процессе учебного дня (динамические паузы, физкультминутки и т. д.)	150

4.	Организованные занятия в спортивных секциях и кружках по легкой атлетике, плаванию, лыжам, гимнастике, подвижным играм, в группах общей физической подготовки, участие в соревнованиях	Не менее 120
5.	Самостоятельные занятия физической культурой (с участием родителей), в том числе подвижными играми и другими видами двигательной активности	Не менее 160
В каникулярное время ежедневный двигательный режим должен составлять не менее 3 часов		

Методика проведения испытаний (тестов), входящих во всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) описана в Методических рекомендациях, одобренных на заседании координационной комиссии Министерства спорта РФ по введению и реализации ВФСК ГТО от 23.07.2014г.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

В образовательном процессе ребёнок и взрослые выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир.

Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка.

Важнейшие образовательные ориентиры:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;
- развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности);
- развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Система дошкольного образования в образовательной организации должна быть нацелена на то, чтобы у ребенка развивались игра и познавательная активность. В ДОО должны быть созданы условия для проявления таких качеств, как: инициативность, жизнерадостность, любопытство и стремление узнавать новое.

Все ситуации повседневной жизни, в которых оказывается ребенок в детском саду, имеют образовательное значение: на прогулке и во время режимных моментов ребенок выстраивает отношение к себе и другим, учится быть инициативным и принимать решения, использовать свое мышление и воображение.

Психолого-педагогические условия реализации программы:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;

8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

1) обеспечение эмоционального благополучия через:

- непосредственное общение с каждым ребенком;
- уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;

2) поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

-создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;

-создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;

-недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и др.)

С целью поддержания детской инициативы педагогам следует регулярно создавать ситуации, в которых дошкольники учатся:

- при участии взрослого обсуждать важные события со сверстниками;
- совершать выбор и обосновывать его (например, детям можно предлагать специальные способы фиксации их выбора);
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);
- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде;
- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

Важно, чтобы все утренники и праздники создавались с учетом детской инициативы и включали импровизации и презентации детских произведений.

3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

-создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;

-развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;

-развитие умения детей работать в группе сверстников;

4) построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:

-создание условий для овладения культурными средствами деятельности;

-организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;

-поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;

-оценку индивидуального развития детей;

Стимулировать детскую познавательную активность педагог может:

- регулярно предлагая детям вопросы, требующие не только воспроизведения информации, но и мышления;
- регулярно предлагая детям открытые, творческие вопросы, в том числе — проблемно-противоречивые ситуации, на которые могут быть даны разные ответы;

- обеспечивая в ходе обсуждения атмосферу поддержки и принятия; позволяя детям определиться с решением в ходе обсуждения той или иной ситуации;
- организуя обсуждения, в которых дети могут высказывать разные точки зрения по одному и тому же вопросу, помогая увидеть несовпадение точек зрения;
- строя обсуждение с учетом высказываний детей, которые могут изменить ход дискуссии;
- помогая детям обнаружить ошибки в своих рассуждениях;
- помогая организовать дискуссию;
- предлагая дополнительные средства (двигательные, образные, в т. ч. наглядные модели и символы), в тех случаях, когда детям трудно решить задачу.

С целью развития проектной деятельности педагоги должны:

- создавать проблемные ситуации, которые инициируют детское любопытство, стимулируют стремление к исследованию;
- быть внимательными к детским вопросам, возникающим в разных ситуациях, регулярно предлагать проектные образовательные ситуации в ответ на заданные детьми вопросы;
- поддерживать детскую автономию: предлагать детям самим выдвигать проектные решения;
- помогать детям планировать свою деятельность при выполнении своего замысла;
- в ходе обсуждения предложенных детьми проектных решений поддерживать их идеи, делая акцент на новизне каждого предложенного варианта;
- помогать детям сравнивать предложенные ими варианты решений, аргументировать выбор варианта.

Для того чтобы дети научились выражать себя средствами искусства, педагог должен:

- планировать время в течение дня, когда дети могут создавать свои произведения;
- создавать атмосферу принятия и поддержки во время занятий творческими видами деятельности;
- оказывать помощь и поддержку в овладении необходимыми для занятий техническими навыками;
- предлагать такие задания, чтобы детские произведения не были стереотипными, отражали их замысел;
- поддерживать детскую инициативу в воплощении замысла и выборе необходимых для этого средств;
- организовывать выставки проектов, на которых дети могут представить свои произведения.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

С целью развития игровой деятельности педагоги должны уметь:

- создавать в течение дня условия для свободной игры детей;
- определять игровые ситуации, в которых детям нужна косвенная помощь;
- наблюдать за играющими детьми и понимать, какие именно события дня отражаются в игре;
- отличать детей с развитой игровой деятельностью от тех, у кого игра развита слабо;

○ косвенно руководить игрой, если игра носит стереотипный характер (например, предлагать новые идеи или способы реализации детских идей).

Кроме того, педагоги должны знать детскую субкультуру: наиболее типичные роли и игры детей, понимать их значимость.

5) *взаимодействие с родителями* (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

3-4 года

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержания инициативы ребенка 3-4 лет взрослым необходимо:

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям о их реальных, а также возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять её сферу;
- помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;
- способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;
- не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость;
- всегда предоставлять детям возможность для реализации замыслов в творческой игровой и продуктивной деятельности.

4-5- лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;
- создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе "дом", укрытие для сюжетных игр;
- при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глаза на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;

- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);
- привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;
- читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

5-6 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу)
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

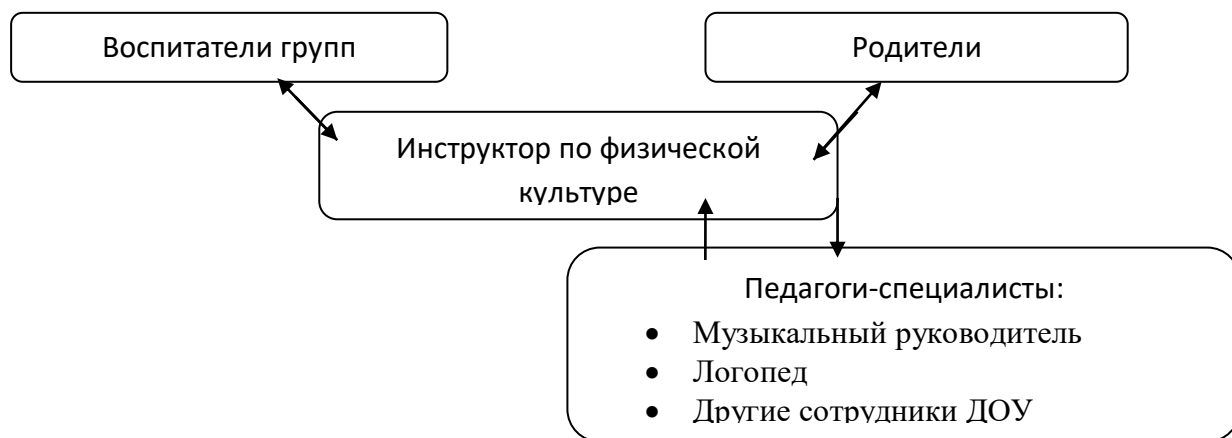
6-8 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
- создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;

- при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;
- проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;
- презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

2.5. Особенности взаимодействия с другими участниками образовательного процесса



Основные задачи работы с родителями

- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника;
- объединить усилия для развития и воспитания детей;
- создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- активизировать и обогащать воспитательные умения родителей;
- поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях;
- активизировать семейные спортивные праздники.

Перспективный план работы с родителями по физическому развитию на 2021-2022 учебный год.

Месяц	Название	Формы и методы работы	Задачи
Сентябрь	Раскрыть Целевые ориентиры в области «Физическое развитие» по возрастным группам. «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Родительское собрание Консультация.	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании Ознакомить с результатами мониторинга по физическому развитию дошкольников.
Октябрь	«Формирование представления о здоровом образе жизни» «Значение режима дня	Консультация Консультация	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной средой в ДОУ. Выявить запросы родителей по данному направлению.

	для здоровья ребенка»		
Ноябрь	«Закаливание - первый шаг на пути к здоровью» «Обеспечение температурного комфорта при проведении процедур закаливания.» «Конкурс рисунков на спортивную тематику»	Консультация	Заинтересовать родителей в проведении закаливающих процедур дома. Побуждать родителей к активному участию в совместной деятельности с детьми. Побуждать родителей к активному участию в совместной деятельности с детьми.
Декабрь	«Проведем выходной день с пользой» «Изготовление чесночных кулонов для профилактики ОРЗ и простуды» Открытое занятие «Профилактика нарушения осанки и плоскостопия»	Буклет. Буклет.	Побуждать родителей к активному участию в совместной деятельности с детьми. Познакомить родителей с традиционными и нетрадиционными средствами профилактики простудных заболеваний. Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.
Январь	«Двигательный режим ребёнка» «Зимние забавы»	Консультация Спортивный праздник на открытом воздухе.	Пропаганда здорового образа жизни. Устанавливать эмоционально-положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности.
Февраль	Спортивный праздник посвящённый дню защитника отечества.	Открытое мероприятие. Фото выставка	Устанавливать эмоционально-положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательной-игровой деятельности.
Март	«Дыхательная гимнастика.» Русские народные традиции»	Консультация. Буклет	Познакомить родителей с методиками дыхательных гимнастик. Обратить внимание родителей на выполнение дыхательной гимнастики, релаксации в домашних условиях. Познакомить родителей с русскими традиционными играми их организацией.
Апрель	«Физические упражнения в детском саду и дома»	Консультация	Обратить внимание родителей на пользу ходьбы и бега в формировании здорового образа жизни
Май	«Развитие у детей физических качеств в подвижных играх»	Консультация Фотовыставка спортивных	Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в выходные дни.

	«Наши достижения»	достижений.	Подведение итогов физкультурно-оздоровительной работы.
Июнь	«День защиты детей» «Закаливание детей в летний период» Профилактика нарушений осанки и плоскостопия. «Упражнения для развития правильной осанки»	Физкультурный праздник. Буклет Мастер-класс	Доставить детям радость общения с родителями Повышать интерес детей к физической культуре Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях. Познакомить родителей с упражнениями для профилактики нарушений осанки и плоскостопия. Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия.
Июль	«Организация физкультурно-оздоровительной работы дома в летний период.» «Босиком за здоровьем»		Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома Пропаганда здорового образа жизни Познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и качества поверхности.
Август	«Движение и здоровье»	Консультация Беседа	Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья Пропаганда здорового образа жизни. Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты.

Планируемые результаты сотрудничества ДОУ с семьями воспитанников:

сформированность у родителей представлений о содержании педагогической деятельности; овладение родителями практическими умениями и навыками воспитания и обучения детей дошкольного возраста; формирование устойчивого интереса родителей к активному взаимодействию с учреждением.

1.5. Взаимодействие ДООУ с социумом

В реализации образовательной программы с использованием сетевой формы наряду с организациями, осуществляющими образовательную деятельность, участвуют научные, медицинские, культурные, физкультурно-спортивные и иные организации, обладающие ресурсами, необходимыми для осуществления видов учебной деятельности, предусмотренных соответствующей образовательной программой.

Комитет по физ-культуре и спорту - Участие в спортивных мероприятиях (Лыжня России, «Веселые старты», кружки ДЮСШ.

Стадион - экскурсии, проведение занятий с детьми, соревнования, туристические прогулки.

Культурно – досуговый центр Калиновского сельского поселения – Конкурсы детского творчества, театрализованные представления для детей, выставки детских рисунков, концерты, развлечения, соревнования.

МКУ Камышловский ФОК – соревнования, комплекс ГТО.

2.6. Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития

Образовательная область «Физическое развитие»

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуются проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

Система занятий по физическому воспитанию для дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП) разрабатывается индивидуально. На первичном приеме ребенка присутствует инструктор по физической культуре и воспитатель. Они анализируют медицинскую документацию (выписки из истории болезни, рекомендации ортопеда, невролога, врачей из стационаров и др.), беседует с родителями, наблюдает за ребенком в свободной деятельности. Определяется двигательный статус в соответствии с ведущим неврологическим синдромом: состояние моторной функции, рук, наличие тонических рефлексов. Затем заполняется первичный протокол обследования ребенка, в котором подробно описывается двигательный статус ребенка. На втором этапе организуется комплексное обследование, результаты которого заносятся в карту. Исходя из этого, разрабатывается индивидуальная программа по формированию двигательных умений и навыков для каждого ребенка.

В программе определяется двигательный и ортопедический режим (использование различных ортопедических приспособлений для ходьбы, коррекции положения рук и пальцев, для удержания головы), дозирование нагрузок, указываются противопоказания к применению тех или иных приемов.

В ходе работы по физическому воспитанию учитываются рекомендации всех специалистов. Для ребенка с ДЦП важно соблюдать общий двигательный режим. Он не должен более 20 минут находиться в одной и той же позе. Для каждого ребенка индивидуально подбираются наиболее адекватные позы. В процессе работы с детьми используются физкультминутки, физкультпаузы. В свободное время дети принимают участие в физкультурно-массовых мероприятиях, спортивных праздниках, досугах. Все мероприятия, которые будут проводиться с ребенком, обсуждаются на консилиуме специалистов. Целью физического воспитания детей, страдающих церебральным параличом, является создание при помощи коррекционных физических упражнений и специальных двигательных режимов предпосылок для успешной бытовой, учебной и социальной адаптации к реальным условиям жизни, их интеграции в обществе.

Задачами деятельности образовательной организации являются:

- развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств;
- формирование предпосылок учебной деятельности;
- сохранение и укрепление здоровья;
- коррекция недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей;
- создание современной развивающей предметно-пространственной среды, комфортной как для детей с ОВЗ, так и для нормально развивающихся детей, их родителей (законных представителей) и педагогического коллектива;
- формирование у детей общей культуры.

На современном этапе концепция инклюзивного обучения и воспитания предполагает равноправное включение личности, развивающейся в условиях недостаточности (психической, физической, интеллектуальной), во все возможные и необходимые сферы жизни социума, достойный социальный статус и самореализацию в обществе. Для осуществления инклюзивного воспитания и обучения необходимо формировать у дошкольников умение строить взаимодействия на основе сотрудничества и взаимопонимания.

Наш детский сад посещают дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата, первичным нарушением являются двигательные расстройства, вследствие органического поражения двигательных центров коры головного мозга;

Условия обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Дети с нарушениями ОДА — неоднородная группа, основной характеристикой которой являются задержки формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двигательных функций. Двигательные расстройства характеризуются нарушениями

координации, темпа движений, ограничением их объема и силы, что приводит к невозможности или частичному нарушению осуществления движений.

Большинство детей с нарушениями ОДА — дети с детским церебральным параличом (ДЦП). При ДЦП у ребенка могут выявляться нарушения зрения, слуха, особенности формирования и развития психических функций, расстройства устной речи.

➤ детей с ДЦП нарушена пространственная ориентация. Это проявляется в замедленном освоении понятий, обозначающих положение предметов и частей собственного тела в пространстве, неспособности узнавать и воспроизводить геометрические фигуры, складывать из частей целое.

➤ детей с ДЦП часто страдает произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость. Ребенок с трудом и на короткое время сосредоточивается на предлагаемом объекте или действии, часто отвлекается. Память может быть нарушена в системе одного анализатора (зрительного, слухового, двигательного-кинестетического). Мыслительные процессы характеризуются инертностью, низким уровнем сформированности операции обобщения.

Расстройства эмоциональной-волевой сферы у одних детей могут проявляться в виде повышенной возбудимости, раздражительности, двигательной расторможенности, у других — наоборот, в виде заторможенности, вялости.

С учетом особых образовательных потребностей детей с нарушениями ОДА необходимо соблюдать следующие условия:

- создавать безбарьерную архитектурно-планировочную среду;
- соблюдать ортопедический режим;
- осуществлять профессиональную подготовку и/или повышение квалификации педагогов к работе с детьми с двигательной патологией;
- соблюдать рекомендации лечащего врача по определению режима нагрузок, организации образовательного процесса (организация режима дня, режима ношения ортопедической обуви, смены видов деятельности на занятиях, проведение физкультурных пауз и т. д.);
- организовывать коррекционно-развивающие занятия по коррекции нарушенных психических функций;
- осуществлять работу по формированию навыков самообслуживания и гигиены у детей с двигательными нарушениями;
- оказывать логопедическую помощь по коррекции речевых расстройств;
- подбирать мебель, соответствующую потребностям детей;
- предоставлять ребенку возможность передвигаться по организации тем способом, которым он может, и в доступном для него темпе;
- проводить целенаправленную работу с родителями детей с ОВЗ, обучать их доступным приемам коррекционно-развивающей работы;
- формировать толерантное отношение к детям с ОВЗ у нормально развивающихся детей и их родителей;
- привлекать персонал, оказывающий физическую помощь детям при передвижении по Организации, принятии пищи, пользовании туалетом и др.;
- привлекать детей с ОДА к участию в совместных досуговых и спортивно-массовых мероприятиях.

При включении ребенка с двигательными нарушениями в образовательный процесс организации обязательным условием является организация его систематического, адекватного, непрерывного психолого-медико-педагогического сопровождения.

III Организационный раздел

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

Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

Автор	Название	Издательство	Год
Авт.-сост. Т.Г.Анисимова	Физическое воспитание детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под ред. М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой	Волгоград, Учитель	2010
Авт.-сост. О.Н.Моргунова	Планы-конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура»	Воронеж, Метода	2013
Авт.-сост. Е.И.Подольская	Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия.	Волгоград, Учитель	2013
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Для занятий с детьми 3-4 лет	М. Мозаика-Синтез	2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Для занятий с детьми 4-5 лет	М. Мозаика-Синтез	2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Старшая группа. Для занятий с детьми 5-6 лет	М. Мозаика-Синтез	2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группе Для занятий с детьми 6-7 лет	М. Мозаика-Синтез	2014
Авт.-сост. Е.И.Подольская	Спортивные занятия на открытом воздухе. Для детей 3-7 лет	Волгоград, Учитель	2013
Федорова С.Ю.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. Младшая группа	М, Мозаика-Синтез	2017
Федорова С.Ю.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. Средняя группа	М, Мозаика-Синтез	2017
Федорова С.Ю.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Старшая группа	М, Мозаика-Синтез	2017
Федорова С.Ю.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. Подготовительная к школе группа	М, Мозаика-Синтез	2017
Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина	Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: в 3 частях.	М., Владос	2003
В.Г.Фролов, Г.П.Юрко	Физкультурное занятие на воздухе с детьми дошкольного возраста	М., Просвещение	1983

3.1.1. Организация предметно-развивающей среды

Предметно-развивающая среда группы детского сада необходима детям потому, что выполняет по отношению к ним информационную, стимулирующую и развивающую функции. Она не может существовать сама по себе, без детей и взрослых, которые меняют

ее в соответствии со своими потребностями, интересами, целями и задачами взаимодействия. Эта среда должна строиться на основе ведущих принципов:

содержательно-насыщенной, развивающей;

- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативной;
- доступной;
- безопасной;

Предметно-развивающая среда с учетом взросления дошкольников, то есть в соответствии с возрастными особенностями их физического развития и этапами становления различных видов физкультурно-оздоровительной деятельности наполнена следующим оборудованием:

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование</i>	<i>Количество</i>
1	Батут	1
2	Баскетбольные кольца	2
3	Боксерская груша	2
4	Боксерские перчатки	2 пары
5	Волан	15
6	Ведерки (маленькие)	1
7	Гимнастическая скамейка	2
8	Гимнастические палки	43
9	Гири детские	2
10	Дорожки здоровья резиновые	3
11	Дуги большие	4
12	Дуги малые	10
13	Дуги нетрадиционные	2
14	Игра «Дартс» большой	1
15	Игра «Дартс» малый	2
16	Игра «Кольцеброс»	2
17	Кегли	45
18	Клюшка	11
19	Комплекс спортивный «Лидер»	1
20	Корзины для мячей	2
21	Кубики	60
22	Лестница веревочная	2
23	Мат гимнастический	4
24	Медицинская аптечка	1
25	Мишени для метания в цель	3
26	Музыкальный центр	1
27	Мяч «Фитбол»	7
36	Мяч волейбольный	1
37	Мяч резиновый (большой)	20
38	Мяч резиновый (маленький)	20
39	Мяч футбольный	1
40	Мешочки	30
41	Мяч резиновый (средний)	20
42	Набор для бадминтона	4
43	Набор для боулинга	1
44	Набор ракеток	2
45	Насос для мячей	1
46	Обруч	15
47	Бубен	1

48	Самокаты	2
49	Сетка волейбольная	1
50	Скакалки	25
51	Туннель	2
52	Фабер-гусеница для пролезания	1
53	Флажки	70
54	Шайбы	8
55	Шарики для пинпонга	20
56	Фишки	12
57	Турник	1
58	Островки (маленькие)	10
59	Островки (большие)	4
60	Канат навесной	2
61	Канат	3
62	Гантели детские	47
63	Мячи для прыжков	4
64	Мяч баскетбольный	4
65	Гимнастические палки с флажками	4
66	Мяч резиновый Д-20 см	20
67	Змейка-шагайка 6 кружочков	2
68	Лыжи для эстафеты на 5 человек	1
69	Паращют с ручками Д=3м (16 секторов)	1
70	Массажные коврики «Следочки» (по 2 шт. в сумке)	2
71	Игра командная «Кто сильнее»	1
72	Доска наклонная навесная	1
73	Доска наклонная ребристая	1
74	Массажный коврик 8 модулей (в коробке)	1

3.2. Организация режима пребывания детей в ДОУ

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум. Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку. Занятия с детьми можно организовывать и в первую и во вторую половину дня. В теплое время года часть занятий можно проводить на участке во время прогулки. В середине занятий статического характера рекомендуется проводить физкультминутки.

Занятия по дополнительному образованию (студии, кружки, секции и т. п.) для детей дошкольного возраста недопустимо проводить за счет времени, отведенного на прогулку и дневной сон.

В летний период года (каникулы) вся жизнедеятельность детей переносится на улицу при обязательном наличии головных уборов и соблюдения питьевого режима. Утренний прием ребят проходит на улице, с воспитанниками проводится непосредственная образовательная деятельность только художественно – эстетической и физической направленности, которая по возможности так же переносится на свежий

воздух. В этот период большое внимание отводится самостоятельной деятельности, общеукрепляющим мероприятиям, играм, трудовой деятельности, физическому развитию и закаливающим процедурам с детьми, увеличивается время дневного сна в дошкольных группах до 2,5 часов.

Важно, чтобы каждый ребенок чувствовал себя в детском саду комфортно, безопасно; знал, что его здесь любят, что о нем позаботятся. Повышенное внимание надо уделять детям, которые неохотно расстаются с родителями и не хотят оставаться в группе, особенно в период адаптации к детскому саду.

Режим дня детей 2 – 7;8 лет в холодный период

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	Вторая группа раннего возраста (с 2-3 л.)	младшая группа (с 3-4 л.)	средняя группа (с 4-5 л.)	старшая группа (с 5-6 л.)	подготовитель ная группа (с 6-7;8 л.)
ДОМА					
Подъём, утренний туалет	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00	7.00 – 8.00
В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ					
Приём, осмотр детей, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность, игры	7.30 – 8.20	7.30 – 8.10	7.30 – 8.15	7.30 – 8.25	7.30 – 8.35
Утренняя гимнастика	8.20 – 8.25	8.10 – 8.17	8.17 – 8.25	8.25 – 8.35	8.35 – 8.45
Игры, артикуляционная гимнастика		8.17 – 8.30	8.10 – 8.20		
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25 – 8.50	8.30 – 8.50	8.35 – 8.50	8.35 – 8.55	8.45 – 8.55
Самостоятельная деятельность	8.50 – 9.10	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.55 – 9.00	8.55 – 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.10 – 9.40	9.00 – 9.40	9.00 – 9.50	9.00 – 10.35	9.00 – 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	9.40 – 11.10	9.40 – 11.20	9.50 – 11.40	10.35 – 11.50	10.50 – 12.20
Возвращение с прогулки, чтение художественной литературы, самостоятельная деятельность	11.10 – 11.35	11.20 – 11.55	11.40 - 12.10	11.50 - 12.20	12.20 – 12.40
Обед	11.35 – 12.05	11.55 – 12.25	12.10 – 12.35	12.20 – 12.40	12.40 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.05 – 15.05	12.25 – 15.00	12.35 – 15.00	12.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	15.10 – 15.30	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25	15.00 – 15.25
Полдник	15.30 – 15.45	15.25 – 15.45	15.25 – 15.40	15.25 – 15.40	15.25 – 15.35
Самостоятельная/ игровая деятельность, досуги	15.45 – 16.10	15.45 – 16.20	15.40 – 16.25	15.40 – 16.30	15.35 – 16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.10 – 17.10	16.20 – 17.20	16.25 – 17.30	16.30 – 17.30	16.35 – 17.35
Возвращение с прогулки, игры\беседы	17.10 – 17.35	17.20 – 17.40	17.30 – 17.45	17.30 – 17.50	17.35 – 17.55
Подготовка к ужину, ужин	17.35 – 17.55	17.40 – 18.00	17.45 – 18.05	17.50 – 18.05	17.55 – 18.10
Игры, самостоятельная деятельность, уход домой	17.55 – 19.30	18.00 – 19.30	18.05 – 19.30	18.05 – 19.30	18.10 – 19.30
ДОМА					
Прогулка	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00	19.00 – 20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00 – 21.00	20.00 – 21.00	20.00 – 21.00	20.00 – 21.00	20.00 – 21.00
Подготовка ко сну, ночной сон	21.00 – 7.00	21.00 – 7.00	21.00 – 7.00	21.00 – 7.00	21.30 – 7.00

Режим дня детей 2 – 7; 8 лет в теплый период

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста (с 2-3 л.)	младшая группа (с 3-4 л.)	средняя группа (с 4-5 л.)	старшая группа (с 5-6 л.)	подготовитель- ная группа (с 6-7;8 л.)
Приём детей на участке, осмотр, труд, игры, утренняя гимнастика на свежем воздухе <i>(дети второй группы раннего возраста в группе)</i>	7.30 – 8.10	7.30 – 8.10	7.30 – 8.10	7.30 – 8.15	7.30 – 8.20
Возвращение в группу	-	8.10 – 8.17	8.10 – 8.20	8.15 – 8.25	8.20 – 8.30
Гигиенические процедуры, подготовка к завтраку	8.10 – 8.20	8.17 – 8.25	8.20 – 8.30	8.25 - 8.35	8.30 - 8.40
Завтрак	8.20 – 8.50	8.25 – 8.50	8.30 – 8.55	8.35 – 8.55	8.40 – 9.00
Игры, НОД художественно-эстетической направленности, подготовка к прогулке	8.50 – 9.20	8.50 – 9.25	8.55 – 9.30	8.55 – 9.35	9.00 – 9.45
Прогулка: игры, наблюдения, индивидуальная работа, развлечения, труд, воздушные и солнечные ванны.	9.20 – 10.45	9.25 – 11.00	9.30 – 11.10	9.35 – 11.20	9.45 – 11.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры.	10.45 – 11.10	11.00 – 11.20	11.10 – 11.30	11.20 – 11.40	11.30 – 11.50
Самостоятельная деятельность детей, чтение.	11.10 – 11.25	11.20 – 11.35	11.30 - 11.45	11.40 - 12.00	11.50 – 12.10
Обед	11.25 – 12.00	11.35 – 12.05	11.45 – 12.10	12.00 – 12.25	12.10 – 12.35
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00 – 15.00	12.05 – 15.00	12.10 – 15.00	12.25 – 15.00	12.35 – 15.00
Подъём, гимнастика пробуждения, воздушные и водные процедуры	15.00 – 15.15	15.00 – 15.18	15.00 – 15.20	15.00 – 15.22	15.00 – 15.25
Полдник	15.15 – 15.35	15.18 – 15.45	15.20 – 15.40	15.22 – 15.40	15.25 – 15.40
Самостоятельная/ игровая деятельность, подготовка к прогулке	15.35 – 16.00	15.45 – 16.10	15.40 – 16.15	15.40 – 16.20	15.40 – 16.25
Прогулка	16.00 – 17.05	16.10 – 17.10	16.15 – 17.15	16.20 – 17.20	16.25 – 17.25
Возвращение с прогулки, игры\беседы	17.05 – 17.20	17.10 – 17.25	17.15 – 17.30	17.20 – 17.35	17.25 – 17.40
Подготовка к ужину, ужин	17.20 – 17.55	17.25 – 18.00	17.30 – 18.05	17.35 – 18.05	17.40 – 18.10
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность, уход домой	17.55 – 19.30	18.00 – 19.30	18.05 – 19.30	18.05 – 19.30	18.10 – 19.30

3.3. План образовательной деятельности на 2021-2022 учебный год

Оптимальные условия для развития ребенка – это продуманное соотношение свободной, регламентируемой и нерегламентированной (совместная деятельность педагогов и детей и самостоятельная деятельность детей) форм деятельности ребенка. Образовательная деятельность вне организованных занятий обеспечивает максимальный учет особенностей и возможностей ребенка, его интересы и склонности.

В каждой группе проводятся физкультурные занятия, которые имеют свои временные рамки.

Занятия проводятся 3 раза в неделю. 2 раза в спортивном зале 1 на улице, зависимости от погодных условий.

Продолжительность занятий:

Младшая группа- 15 минут

Средняя группа – 20 минут;

Старшая группа – 25 минут;

Подготовительная группа – 30 минут.

Каждое занятие состоит из:

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части. Она включает в себя основные виды движений.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Утренняя гимнастика

Группа	Вторая младшая	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
продолжительность	4-5 мин.	6-7 мин	7-8 мин	9-10 мин.

3.4. Расписание непосредственно организованной образовательной деятельности на 2021-2022 год

Понедельник

9:00-9:15-Младшая №1
9:25-9:40-Младшая №2
9:50-10:20-Подготовительная №1
10:40-11:00-Средняя №1(улица)
11:10-11:30-Средняя №2(улица)
15:15-15:45-Подготовительная №2 (улица)

Вторник

9:00-9:20-Средняя №1
9:35-9:55 -Средняя №2
10:30-10:55- Старшая №1 (улица)
11:10-11:35- Старшая №2 (улица)
15:15.-15.45- Подготовительная №2

Среда

9:00-9:25 Старшая №2
9:35-10:00 Старшая №1
10:25-10:55-Подготовительная №1

Четверг

9:00-9:15-Младшая №2
9:25-9:40-Младшая №1
9:50-10:20-Подготовительная №2
11:10-11:40-Подготовительная №1 (улица)

Пятница

9.00-9.25-Старшая №2
9.35.9.50-Старшая №1
10:10-10:30-Средняя №1
10:40-10.55-Младша №1 (улица)
11.05-11.20-Младшая №2 (улица)
15:15-15:35-Средняя №2

Расписание непосредственно образовательной деятельности составлено с учетом:

- рекомендаций программы «От рождения до школы» / Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. Москва, Мозаика-Синтез, 2014 г., где представлена примерная сетка занятий с детьми по разным видам деятельности;
- соблюдения максимально допустимого объема недельной образовательной нагрузки на ребенка (СанПиН 2.4.3049-13);
- рациональности соотношения эмоциональной, интеллектуальной и физической нагрузки на ребенка (непосредственно образовательная деятельность эстетического и физкультурно-оздоровительного цикла должна занимать не менее 50% общего времени);
- индивидуального подхода к ребенку при регулировании умственной и физической нагрузки.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности

для детей 3-го года жизни – не более 10 минут,

для детей 4-го года жизни - не более 15 минут,

для детей 5-го года жизни - не более 20 минут,

для детей 6-го года жизни - не более 25 минут

для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня

в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно,

в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутки. Перерывы между периодами непосредственно образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2-3 раз в неделю. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутки.

Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимает не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

Непосредственно-образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности (вторник, среда), сочетается с физкультурными и музыкальными занятиями.

3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

В основе лежит комплексно-тематическое планирование воспитательно-образовательной работы в ДОУ

Цель: построение воспитательно-образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка
- окружающей природе

- миру искусства и литературы
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родной город, День народного единства, День защитника Отечества и др.)
- сезонным явлениям
- народной культуре и традициям.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволил ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольного учреждения.

Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

В каждой возрастной группе выделен блок, разделенный на несколько тем. Одной теме уделяется не менее одной недели. Тема отражается в подборе материалов, находящихся в группе и уголках развития.

Для каждой возрастной группы дано комплексно-тематическое планирование, которое рассматривается как примерное. Педагоги вправе по своему усмотрению частично или полностью менять темы или названия тем, содержание работы, временной период в соответствии с особенностями своей возрастной группы, другими значимыми событиями

Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей.

**Тематический план организации праздников
с детьми на 2021-2022 учебный год**

№ п\п	Название праздника	Месяц	Группы
1	Развлечение «Правила дорожные знать каждому положено!»	Август -сентябрь	Все группы
2	День знаний	Сентябрь	Группы старшего дошкольного возраста
3	Туристический поход. День здоровья.	Сентябрь	Старшие, подготовительные группы Все группы
4	День народов среднего Урала	Сентябрь	Группы старшего дошкольного возраста
5	Праздник Осени	Октябрь	Все группы
6	Ярмарка народных игр и танцев. День народного единства.	Ноябрь	Старшие группы
7	День матери	Ноябрь	Группы дошкольного возраста
8	Новогодний утренник	Декабрь	Все группы
9	День снега и зимних забав	Январь	Средние, старшие, подготовительные группы
10	Фольклорные праздники «Деревенские посиделки», «Коляда, коляда, отворяй-ка ворота»	Январь	Старшие Подготовительные группы
11	День защитника Отечества «Праздник мужественности и отваги»	Февраль	Все группы
12	День Здоровья «Папа, мама, я – спортивная семья»	Февраль Февраль	Все группы Старшие и подготовительные группы
13	Масленица	Февраль	Все группы
14	Международный женский день	Март	Все группы
15	День смеха	Апрель	Группы дошкольного возраста
16.	Пасха	Апрель	Группы старшего дошкольного возраста
17	Спортивный праздник «День космонавтики»	Апрель	Группы дошкольного возраста
18	Весенние утренники	Апрель	Все группы
19	День Победы	Май	Группы старшего дошкольного возраста
20	Выпускной утренник «До свиданья, детский сад!»	Май	Подготовительные группы
21	День защиты детей	Июнь	Все группы
22	День Нептуна	Июль	Группы дошкольного возраста
23	День государственного флага России	Август	Группы старшего дошкольного возраста

IV. Краткая презентация ООП ДО МКДОУ Порошинский детский сад №12

Основанием для разработки рабочей программы служат нормативные, законодательные акты, концептуальные положения, программные документы, федерального регионального, муниципального уровня, уровня образовательного учреждения.

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей региона и муниципального района, образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов воспитанников. Кроме того учтены концептуальные положения используемой в ДОУ примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой (М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014), и основной образовательной программы ДО МКДОУ Порошинский детский сад №12.

Рабочая программа инструктора по физической культуре по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 2.5 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

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

Цели и задачи программы - сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный.

Целевой раздел включает в себя пояснительную записку и планируемые результаты освоения образовательной программы, которые представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования.

Содержательный раздел представляет общее содержание Программы, обеспечивающее полноценное развитие личности детей. Образовательная деятельность представлена в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «физическое развитие». Формы, способы, методы и средства реализации программы подобраны с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

В Программе отражены особенности образовательной деятельности: особенности физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, взаимодействие ДОУ с социумом.

Организационный раздел содержит описание материально-технического обеспечения Программы, включает расписание и режим дня, а также особенности традиционных праздников, мероприятий; особенности организации предметно-пространственной среды, особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Отличительные особенности Программы:

Направленность на развитие личности ребенка - воспитание свободного, уверенного в себе человека, с активной жизненной позицией, стремящегося творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего отстаивать его.

Направленность на сохранение и укрепление здоровья детей - является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию, потребности в двигательной активности.

Направленность на учет индивидуальных особенностей ребенка - обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, что достигается за счет учета индивидуальных особенностей детей как в вопросах организации жизнедеятельности (приближение режима дня к индивидуальным особенностям ребенка и пр.), так и в формах и способах взаимодействия с ребенком (проявление уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональным состояниям, поддержка его чувства собственного достоинства и т. д.).

Список литературы:

1. Закон Свердловской области «Об образовании» от 08.06.2012г. № 43-03
2. «Конвенция ООН о правах ребёнка» Одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 25.11.1989года. Вступила в силу для СССР и Российской Федерации 15.09.1990 года.
3. Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс].— Режим доступа:<http://Navigator.firo.ru>.
4. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: учеб. для вузов: гриф МО, М.: Юрайт, 2014.
5. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2014. – 352 с.;
6. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (СанПиН 2.4.1.3049-13)
7. Устав Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения Порошинский детский сад № 12 МО Камышловский муниципальный район.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17.10.2013 г.)
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015. – 112 с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. – М.: Мозайка-синтез, 2015. – 128 с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. – М.: Мозайка-синтез, 2015. – 112 с.
12. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозайка-синтез, 2015. – 80 с.
13. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 128 с.
14. Федорова С.Ю. примерные планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 96 с.
15. Федорова С.Ю. примерные планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 96 с.
16. Федорова С.Ю. примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 96 с.
17. Федорова С.Ю. примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 96 с.
- 16.Фролов В.Г, Юрко Г.П. Физкультурное занятия на свежем воздухе с детьми дошкольного возраста. Конспекты занятий. – М., Просвещение, 1983. – 191 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Перспективное планирование по возрастным группам ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В МЛАДШЕЙ ГРУППЕ

Неделя	Задачи	Сентябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение стайкой	Ходьба на носках, с высоким подниманием колена. (у)	Бег в заданном направлении, в колонне по одному. (у)	Ходьба между предметами (у)	Прыжки на двух ногах на месте с произвольным движением рук (вверх, в стороны). (у)	Катание малого мяча друг другу. (у)	Проползание заданного расстояния на четвереньках (у)
	Общеразвивающие упражнения (с лентами) стр 20 С. Ю. Федорова, занятие 1						
	Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Кошки-мышки». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. Страница 13, занятие 1						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой. Страница 24, занятие 2							
II	Построение врассыпную	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена (п)	Бег в заданном направлении (п)	И/У «По ровненькой дорожке» (у)	Прыжки на двух ногах на месте с хлопками в ладоши над головой (у)	Катание малого мяча в паре (у)	Проползание заданного расстояния (произвольно – на животе, на четвереньках) до предмета (у)
	Общеразвивающие упражнения (с лентами) стр20 С. Ю. Федорова, занятие 2						
	Подвижная игра (с ходьбой и бегом) «Кошки-мышки». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. Страница 18, занятие 6						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой. Страница 23, занятие 1							
III	Построение врассыпную	Ходьба парами, взявшись за руки (у)	Бег по кругу друг за другом (у)	И/У «По ровненькой дорожке» (у)	Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед, с хлопками (у)	Прокат. мячей двумя руками друг другу (с)	Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой (п)
	Общеразвивающие упражнения (со скамейкой) стр 21 С.Ю. Федорова страница 24, занятие 5						
	Подвижная игра «Быстро в домик». Л.И. Пензулаева страница 27, занятие 4						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В. Яковлева, Р.А. Юдина. Страница 16-18, занятие 5							
IV	Построение стайкой	Ходьба парами, взявшись за руки (п)	Бег в заданном направлении (с)	Ходьба между предметами(с)	Прыжки с продвижением вперед и подпрыгиванием до ладони	Прокат. мяча двум и одной рукой	Проползание в вертикально стоящий

					инструктора, находившейся выше поднятых рук ребенка (п)	под дугой (с)	обруч и в воротца (п)
Общеразвивающие упражнения (со скамейкой) стр 21							
С.Ю. Федорова страница 25, занятие 7							
Подвижная игра «Лисичка и волшебные мешочки» Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 29, занятие 16							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 18, занятие 6							

Неделя	Задачи	Октябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в колонну по одному	Ходьба по кругу друг за другом, держась за руки (с)	Бег по кругу друг за другом (п)	И/У «Птички в гнездышках» (у)	Прыжки с продвижением вперед и подпрыгиванием до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка (с)	Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (п)	Подползание под дугу
	Общеразвивающие упражнения (с султанчиками) страница 26 С.Ю. Федорова страница 29, занятие 10						
	Подвижная игра «Догони мяч» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 29, занятие 5						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 20-21, занятие 8							
II	Построение в колонну друг за другом	Ходьба парами, взявшись за руки (с)	Бег в заданном направлении (с)	Ходьба с перешагиванием через предметы, через рейки лестницы (высота 10-15 см) (у)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета (с)	Прокатывание мяча в воротца (с)	Проползание на четвереньках по прямой с захватом впереди стоящей игрушки (с)
	Общеразвивающие упражнения (с султанчиками) страница 26 С.Ю. Федорова страница 30, занятие 12						
	Подвижная игра «Зайка серый умывается». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 31, занятие 7						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 29, занятие 17							
III	Построение в колонну друг за другом	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена (с)	Бег по кругу друг за другом (с)	Ходьба с перешагиванием через предметы (с)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через линии, лежащие на полу (у)	Прокатывание мяча друг другу под дугой (с)	Подползание под дугу с захватом впереди стоящей игрушки (с)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) стр27						

С.Ю. Федорова страница 30, занятие 14							
Подвижная игра «Ловкий шофер». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 35, занятие 9							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. страница 39, занятие 28							
IV	Построение в колонну друг за другом по росту	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена (с)	Бег в заданном направлении (с)	«Пробеги и не сбой»	Прыжки на двух ногах (ноги вместе – ноги врозь) с произвольным движением рук (с)	Прокатывание мяча друг другу, между султанчиками (с)	Ползание на четвереньках с прокатыванием мяча головой (с))
Общеразвивающие упражнения (без предметов) стр 27 С.Ю. Федорова страница 35, занятие 17							
Подвижная игра «Мыши в кладовой» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. страница 40, занятие 29							
Неделя	Задачи	Ноябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в рассыпную	С выполнением заданий (остановка, поворот, приседание) (у)	Врассыпную (п)	Ходьба по извилистой дорожке (ширина 25-30см). (п)	На двух ногах на месте с произвольным движением рук (с)	Ловля мяча, брошенного педагогом (у)	Лазание по гимнастической стенке, лежащей на полу (у)
Общеразвивающие упражнения (птички) страница 33 С.Ю. Федорова страница 36, занятие 19							
Подвижная игра «По ровненькой дорожке» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. страница 36, занятие 11							
Занятие на улице; физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 58, занятие на свежем воздухе							
II	В колонне	С выполнением заданий (остановка, поворот, приседание) (п)	Врассыпную (с)	Ходьба по извилистой дорожке (ширина 25-30см). (п)	Прыжки из обруча в обруч (с)	Ловля мяча, брошенного педагогом (у)	Ползание между предметами (султанчики), а также вокруг предметов (с)
Общеразвивающие упражнения (птички) страница 33 С.Ю. Федорова страница 36, занятие 21							
Подвижная игра «Солнышко и дождь». Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 61, занятие 19							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 63, занятие на свежем воздухе							
III	Построение в колонну друг за другом	Ходьба по кругу друг за другом, держась за руки (с)	Бег врассыпную (с)	Ходьба по извилистой дорожке (ширина 25-30см.)	Прыжки на двух ногах на месте с произвольным	Ловля мяча, брошенного педагогом (у)	Ползание на четвереньках по прямой с прокатыван

					движением рук (с)		ием мяча головой (с)
Общеразвивающие упражнения (птички) страница 33 С.Ю. Федорова страница 38, занятие 23							
Подвижная игра «Поймай комара». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 38, занятие 12							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 69, занятие на свежем воздухе							
IV	Построение в колонну друг за другом парами	Ходьба по кругу друг за другом, держась за руки (к)	Бег в заданном направлении (к)	Ходьба на носочках по скамейке	Прыжки в длину с места через две линии (к)	Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу (к)	Ползание на четвереньках по прямой между предметами (к)
Общеразвивающие упражнения (птички) страница 33 С.Ю. Федорова страница 39, занятие 24							
Подвижная игра «Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 69, занятие 24							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 73, занятие на свежем воздухе							

Неделя	Задачи	Декабрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в колонну парами	Ходьба в заданном направлении (у)	Бег по кругу (не держась за руки) (у)	Ходьба по шнуру по кругу (у)	Прыжки на месте в сочетании с движениями рук (руки в стороны – руки вверх) (у)	Бросание малого мяча в даль правой и левой рукой (у)	Лазание по лесенке-дуге (у)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 40 С.Ю.Федорова страница 41, занятие 25						
	Подвижная игра «Коршун и птенчики». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 39, занятие 13						
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 80, занятие на свежем воздухе							
II	Построение в шеренгу и равнение по линии с поворотом в колонну друг за другом	Ходьба заданном направлении (п)	Бег по кругу (не держась за руки) (п)	Ходьба по шнуру «зигзагом» (у)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета (с)	Катание мячей друг другу из положения сидя между предметами (султанчикам и), не сбивая их (с)	Ползание на животе по прямой с захватом впереди стоящей игрушки (у)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 40 С.Ю.Федорова страница 43, занятие 28						
	Подвижная игра «Найди свой домик». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой						

страница 41, занятие 14							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 84, занятие на свежем воздухе							
III	Построение в колонну с перестроением в пары, стоя на месте	Сочетая ходьбу с движениями рук (вверх, в стороны, вперед) (у)	Бег с выполнением заданий педагога (у)	Ходьба по шнуру по кругу (у)	Прыжки с хлопками над головой (у)	Бросание мяча вдаль правой и левой рукой (у)	Подползание под дугу с захватом впереди стоящей игрушки (у)
Общеразвивающие упражнения (со скамейкой и флажками) страница 41 С.Ю.Федорова страница 45, занятие30							
Подвижная игра «Птица и птенчики». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 43, занятие 16							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 90, занятие на свежем воздухе							
IV	Построение в колонну по одному, парами в круг	Ходьба в заданном направлении (к)	Бег с выполнением заданий педагога (к)	«Такси»	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до предмета (к)	Катание мячей под дугой из положения сидя на полу лицом друг к другу (к)	Подлезание под препятствие Не касаясь руками пола (к)
Общеразвивающие упражнения (со скамейкой и флажками) страница 41 С.Ю.Федорова страница 46, занятие32							
Подвижная игра «Лягушки». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 42, занятие 15							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 90, занятие на свежем воздухе							

Неделя	Задачи	Январь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
		Сочетая ходьбу с движением рук (вверх, в стороны, вперед) (п)	Бег с выполнением заданий (п)	Перешагивание через препятствие (высота 10-15см.) (п)	Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно) (у)	Метание на дальность малого мяча от груди правой и левой рукой (п)	Ползание на четвереньках по гимнастической доске (п)
	Построение в шеренгу, равнение по зрительному ориентиру с поворотом в колонне						
Общеразвивающие упражнения (с кубиками) страница 47 С.Ю.Федорова страница 49, занятие 33							
Подвижная игра «Зайцы и волк» Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 98, занятие на свежем воздухе							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 98, занятие на свежем воздухе							
II	Построение в шеренгу, равнение по зрительному ориентиру с	Сочетая ходьбу с движениями рук (п)	Бег с выполнением заданий (п)	Перешагивание через препятствие (высота 10-15см.) (п)	Прыжки с продвижением вперед до заданного	Бросание малого мяча вдаль правой и	Ползание на четвереньках по гимнастиче

	поворотом в колонне				ориентира (из обруча в обруч) (у)	левой рукой (п)	ской доске (п)
Общеразвивающие упражнения (с кольцами) стр33-34 С.Ю.Федорова страница 50, занятие 35							
Подвижная игра «Зайцы и волк» Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 98, занятие на свежем воздухе							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 98, занятие на свежем воздухе							
III	Построение в шеренгу с перестроением в круг по ориентиру	Ходьба со сменой направления по сигналу (п)	Бег непрерывный (1 минута) (п)	Перешагивание через препятствие (высота 10-15см.)	Подпрыгивание а одной ногое (правой, левой) (у)	Метание на дальность малого мяча правой и левой рукой (п)	Лазанье по гимнастической лестнице (у)
Общеразвивающие упражнения (со скамейками) страница 48 С.Ю. Федорова страница 53, занятие 39							
Подвижная игра «Мороз, солнце и ветер». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 164, занятие56							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. страница 163, занятие 56							

Неделя	Задачи	Февраль					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в колонну по одному в колонну по два с места за направляющим	Ходьба со сменной направления по сигналу (п)	Непрерыв. бег в медленном темпе (50-60 секунд) (с)	Ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках (у)	Прыжки через 4-6 линий (у)	Ловля мяча, брошенного инструктором (у)	Ползание на четвереньках о гимнастич. скамейке (п)
	Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 54 С.Ю. Федорова страница 56, занятие 41						
	Подвижная игра «Найди свой цвет». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 50, занятие 21						
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 113, занятие на свежем воздухе							
II	Построение в колонну по одному в колонну по два с места за направляющим	Ходьба по гимнастич. скамейке (у)	Бег с выполнением заданий педагога (с)	Ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках (п)	Прыжки на одной ноге (с)	Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), его ловля (у)	Ползание на четвереньках по гимнастич. скамейке
	Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 54 С.Ю. Федорова страница 57, занятие 43						
	Подвижная игра (с бегом) «Воробышки в гнездышке». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 51, занятие 22						
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 113, занятие на свежем воздухе 117							

III	Построение в колонну по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру	Ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы (у)	Непрерывный бег в медленном темпе (50-60 секунд) (с)	Ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках (п)	Прыжки на одно ноге поочередн (п)	Метание малого мяча в горизонт цель правой и левой рукой (п)	Лазанье по лесенке-стремянке (у)
	Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 54 С.Ю. Федорова страница 58, занятие 45						
	Подвижная игра (с бегом) «Воробышки и кот». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 53, занятие 23						
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 123, занятие на свежем воздухе							
IV	Построение в колонну по одному в колонну по два в движении за направляющим	Ходьба по ребристой доске, перешагивая через предметы (к)	Непрерывный бег в медленном темпе (50-60 секунд) (с)	«Барабан» (ходьба с действиями на различение динамики)	Прыжки через веревки, лежащие на полу (с)	Ловля мяча, брошенного педагогом (с)	Подлезание под веревкой, натянутой над полом, не касаясь туками пола (к)
	Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 54 С.Ю. Федорова страница 60, занятие 47						
	Подвижная игра (на ориентировку в пространстве) «Найди свой место»						
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 123, занятие на свежем воздухе							

Неделя	Задачи	Март					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение из колонны по одному в два звена в движении за направляющим по ориентиру	Ходьба по ребристой доске с перешагиванием через предметы (у)	Бег догоняя катящиеся предметы (у)	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 15см. друг от друга. (п)	Прыжки в длину с места (у)	Метание в горизонт цель малого мяча двумя руками от груди (у)	Перелазание через гимнастическое бревно (у)
	Общеразвивающие упражнения (с набивными мешочками) страница 61 Федорова страница 63, занятие 49						
	Подвижная игра «Кролики» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой С.Ю. страница 55, занятие 25						
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 127, занятие на свежем воздухе							
II	Построение из колонны по одному в два звена в движении за направляющим по ориентиру	Ходьба по ребристой доске с перешагиванием через предметы (с)	Бег догоняя катящиеся предметы (п)	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 15см. друг от друга. (с)	Прыжки в длину с места (п)	Метание в горизонт цель малого мяча двумя руками от груди (п)	Перелазание через гимнастическое бревно (п)
	Общеразвивающие упражнения (с набивными мешочками) страница 61						

С.Ю. Федорова страница 64, занятие 51							
Подвижная игра «Зайка серый умывается». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 58, занятие 27							
Занятие на улице; Физическая культура в дошкольном детстве Н.В.Полтавцева, Н.А. Н.А. Гордова страница 137, занятие на свежем воздухе							
III	Перестроение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенное на пол (у)	Бег в быстром темпе (расстояние 10 м) (у)	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 20см. друг от друга. (п)	Прыжки в длину с места через 2 линии (п)	Отбивание мяча об пол одной рукой (у)	Пролезание в 2 вертикально стоящих обруча с захватом игрушки (п)
Общеразвивающие упражнения (со скамейкой и малым мячом) страница 62							
С.Ю. Федорова страница 66, занятие 54							
Подвижная игра «Автомобили» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 59, занятие 28							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. страница 76, занятие 80							
IV	Перестроение из колонны в шеренгу и наоборот	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенное на пол (к)	Бег в быстром темпе (расстояние 10 м) (п)	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 20см. друг от друга. (к)	Прыжки в длину с места через 2 линии (к)	Метание малого мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди (к)	Пролезание в 2 вертикально стоящих обруча с захватом игрушки (к)
Общеразвивающие упражнения (со скамейкой и малым мячом) страница 62							
С.Ю. Федорова страница 67, занятие 56							
Подвижная игра «Тишина». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 61, занятие 29							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 77, занятие 81							

Неделя	Задачи	Апрель					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение из колонны по одному в три звена по ориентиру	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол (с)	Бег догоняя катящиеся предметы (с)	Влезание на гимнастическую скамейку с дополнительным заданием для рук (руки в стороны). (у)	Прыжки через предметы (кубики, лежащие на полу) (у)	Отбивание мяча об пол одной рукой (правой и левой поочередн) (с)	Лазание по гимнастической стенке (у)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 68 С.Ю. Федорова страница 69, занятие 57						
	Подвижная игра «По ровненькой дорожке». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 62, занятие 30						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 79, занятие 79							
II	Перестроение из колонны по одному в три	Ходьба по наклонной доске (у)	Бег по прямой, извилистой	Влезание на гимнастическую скамейку с	Прыжки с высоты (у)	Отбивание мяча об пол одной	Перелезание через

	звена по ориентиру		дорожке (у)	дополнительным заданием для рук (руки в стороны). (у)		рукой (правой и левой поочередно) (с)	гимнастика бревном произвольным способом (у)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 68 С.Ю. Федорова страница 71, занятие 59							
Подвижная игра «Мы топает ногами». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 63, занятие 31							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина, страница 82, занятие 86							
III	Перестроение в шеренги, в круг	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол (с)	Бег по прямой, извилистой дорожке (с)	Ходьба по шнуру «зигзагом». (п)	Прыжки с высоты (п)	Бросание среднего мяча из-за головы правой и левой рукой (у)	Пролезание в обруч с захватом впереди стоящей игрушки (п)
Общеразвивающие упражнения (со стульчиками и флажками) страница 69 С.Ю. Федорова страница 61							
Подвижная игра «Огуречик, огуречик» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 64, занятие 32							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина, страница 83, занятие 87							
IV	Перестроение в шеренги, в круг	Ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы (с)	Бег в быстром темпе на расстоянии 10 м (с)	Влезание на гимнастический бум + поворот вокруг себя переступанием (у)	Прыжки в длину с места (п)	Бросание среднего мяча из-за головы правой и левой рукой (п)	Лазание по гимнастической лестнице (п)
Общеразвивающие упражнения (со стульчиками и флажками) страница 69 С.Ю.Федорова страница 73, занятие 63							
Подвижная игра (бегом) «Мыши в кладовой» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 66, занятие 33							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 84, занятие 89							

Неделя	Задачи	Май					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание,	Лазание,

						катани е	ползан ие
	Размыкание и смыкание при построение обычным шагом	Медленное кружение в обе стороны (у)	Бег по прямой и извилистой дорожке (с)	Ходьба по наклонной плоскости. (с)	Прыжки с высоты (п)	Метани е мяча в горизо нтальн ую цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (у)	Лазани е по гимнас тическ ой стенке (п)
Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 76 С.Ю. Федорова страница 76, занятие 66							
Подвижная игра «Воробышки и кот» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 67, занятие 34							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. страница 87, занятие 92							
II	Построение в колонну парами	Медленное кружение в обе стороны (п)	Бег в быстром темпе на расстоянии 10 м (п)	Ходьба по наклонной плоскости. (п)	Прыжки с высоты (п)	Метание мяча в горизонтал ьную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (п)	Ла зан ие по ги мн аст ич еск ой сте нк е (п)
Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 76 Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой С.Ю. Федорова страница 78, занятие 68							
Подвижная игра «Коршун и наседка» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 68, занятие 36							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. страница 91, занятие 97							
III	Повороты направо и налево с переступание м	Медленное кружение в обе (с)	Бег в быстром темпе на расстояние 10 м (с)	Ходьба по наклонной плоскости. (с)	Прыжк и в длину с места (с)	Метание небольшого мяча в вертикальн ую цель правой и левой рукой (с)	Пролез ание в обруч и затем ползан ие на четвер еньках по прямой (полос а препят ствий) (с)

Общеразвивающие упражнения (с мячом) Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. Страница 66, занятие 34 С.Ю. Федорова страница 79, занятие 70							
Подвижная игра «Найди свой цвет» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. Страница 70, занятие 37							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. страница 95, занятие 101							
IV	Повороты направо и налево с переступанием	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол (с)	Бег в быстром темпе на расстояние 10 м (с)	Ходьба ручейком (с)	Прыжки в длину с места (с)	Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой (с)	Лазанье по гимнастической стенке (с)
Общеразвивающие упражнения (с платочками) Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой С.Ю. страница 69, занятие 37 Федорова страница 78, занятие 68							
Подвижная игра «Лягушки» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. страница 72, занятие 39							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 99, занятие 107							

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ

Неделя	Задачи		Сентябрь					
I			Основные виды движений					
			Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в колонну по одному (по росту)	Ходьба в колонне по одному, по двое (парами) (у)	Бег широким шагом (у)	Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через осенние листочки. (у)	Прыжки на месте на двух ногах (у)	Прокатывание набивных мячей в произвольном направлении (у)	Ползание на четвереньках по прямой (п)	
	Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 20 С.Ю. страница 22, занятие 1							
	Подвижная игра «Найди себе пару» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. Страница 20, занятие 1							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. Страница 21, занятие 3								
II	Построение в колонну по одному (по росту), держась за шнур	Ходьба змейкой (между предметами), врассыпную (у)	Бег широким шагом (п)	Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через 6-7 мячей, руки за спиной (п)	Прыжки на месте на двух ногах (п)	Прокатывание набивных мячей со сбиванием небольшой	Ползание по горизонтальной и наклонной доске, скамей	

						ших предме тов (кеглей) (у)	ке (у)
Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 20							
С.Ю. страница 23, занятие 3							
Подвижная игра «Самолеты» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой. Страница 22, занятие 4							
Занятие на улице; » Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой. Страница 23, занятие 6							
III	Равнение по ориентиру (шнур, канат)	Ходьба змейкой (между предметами), враспынную (у)	Бег на носочках (у)	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина доски 15-20 см., высота 30-35 см.) (у)	Прыжки с продвижением вперед (у)	Бросание мяча друг другу снизу (у)	Ползание на четвереньках по прямой (п)
Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 21							
С.Ю. страница 24, занятие 5							
Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 103, занятие 2							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 26, занятие 9							
IV	Равнение по линии	Ходьба в колоне по одному, по двое (парами) (к)	Бег широким шагом (к)	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина доски 15-20 см., высота 30-35 см.) (к)	Прыжки на месте на двух ногах (к)	Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами (у)	Ползание на четвереньках по прямой (к)
Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 21							
С.Ю. страница 26, занятие 8							
Подвижная игра «Закройся на замок». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 105, занятие 4							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 29, занятие 12							

Неделя	Задачи	Октябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание

	Нахождение своего места в колонне по росту и по кругу	Ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего (у)	Бег на носках (с)	Ходьба по шнуру по прямой и по кругу, руки за спину (у)	Прыжки с продвижением вперед (с)	Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (у)	Ползание по горизонтальной и наклонной доске, скамейке (п)
Общеразвивающие упражнения (с мячом) С.Ю. Федорова страница 29, занятие 9							
Подвижная игра (с бегом) «Белки играют в прятки». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 107, занятие 6							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 34, занятие 18							
II	Нахождение своего места в колонне по одному, в шеренге по одному и по кругу	Ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего (у)	Бег на носках (с)	Ходьба по шнуру по прямой и по кругу, «змейкой» руки за спину (п)	Прыжки через гимнастическую палку (лицом вперед, спиной вперед) (у)	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (у)	Ползание на четвереньках между предметами, змейкой (у)
Общеразвивающие упражнения (с мячом) С.Ю. Федорова страница 30, занятие 11							
Подвижная игра «Зайцы и волк». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 111, занятие 9							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 36, занятие 21							
III	Построение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру	Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук) (у)	Бег в разных направлениях (у)	Ходьба по шнуру «змейкой» руки в стороны (п)	Прыжки с продвижением вперед (п)	Бросание мяча разными способами (снизу, из-за головы) и его ловля	Ползание на четвереньках между предметами, змейкой (п)
Общеразвивающие упражнения (с кубиками) страница 28 С.Ю. Федорова страница 31, занятие 13							
Подвижная игра (с бегом) «Солнышко и дождик». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 113, занятие 11							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 38, занятие 24							
IV	Построение из колонны по одному в колонну по два с места за направляющим по ориентиру	Ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего (п)	Бег по доске, гимнастической скамейке, бревну	Ходьба по шнуру «змейкой» руки в стороны (с)	Прыжки через гимнастическую палку (п)	Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (п)	Ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего (к)
Общеразвивающие упражнения (с кубиками) страница 28 С.Ю. Федорова страница 33, занятие 15							
Подвижная игра «Палочка – мой конь». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 125, занятие 19							

Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой 40, занятие 27

Неделя	Задачи	Ноябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение из колонны по одному в колонну по два за направляющим	Ходьба по линии, по веревке (у)	Бег змейкой (между предметами), врассыпную (п)	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки на поясе (п)	Прыжки на месте на двух ногах (п)	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, одной рукой через препятствия (п)	Ползание на четвереньках по прямой (п)
	Общеразвивающие упражнения (с коротким шнуром) страница 34 С.Ю. Федорова страница 37, занятие 18						
	Подвижная игра (с бегом) «Птички-невелички». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 134, занятие 28						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 43, занятие 30							
II	Перестроение из колонны по одному в колонну по три за направляющим по ориентиру	Ходьба по линии, по веревке (п)	Бег змейкой (между предметами), врассыпную (с)	Ходьба по доске с мешочком на голове, руки согнуты в локтях, к плечам (п)	Прыжки на месте на двух ногах (п)	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, одной рукой через препятствия (п)	Ползание на четвереньках по прямой (с)
	Общеразвивающие упражнения (с коротким шнуром) страница 34 С.Ю. Федорова страница 38, занятие 20						
	Подвижная игра «Не зевай – кеглю быстрее забирай». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 139, занятие 32						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 45, занятие 33							
III	Перестроение из колонны по одному в колонну по три с места за направляющим по ориентиру	Ходьба по доске, гимнастической скамейке, бревну (п)	Бег широким шагом (к)	Ходьба по доске, перешагивая через предметы (руки в стороны) (с)	Прыжки на месте на двух ногах (п)	Бросание мяча друг другу снизу из-за головы и ловля его (п)	Ползание на четвереньках между небольшими предметами змейкой (с)
	Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 35 С.Ю. Федорова страница 40, занятие 23						
	Подвижная игра «Цветные автомобили». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой						

страница 46, занятие 34							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 46, занятие 36							
IV	Перестроение из колонны по одному в колонну по три с места за направляющим по ориентиру	Ходьба змейкой (между предметами), враспынную (к)	Бег в разных направлениях (п)	Ходьба по доске, перешагивая через предметы (руки в стороны) (к)	Прыжки через гимнастическую палку (с)	Бросание мяча друг другу снизу из-за головы и ловля его (к)	Ползание на четвереньках между предметами, змейкой (к)
Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 35 С.Ю. Федорова страница 40, занятие 23							
Подвижная игра «Самолеты». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 46, занятие 36							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 141, занятие 35							

Н е д е л я	Задачи	Декабрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение из колонны по одному в колонну по три с места за направляющим по ориентиру	Ходьба по гимнастической скамейке (у)	Бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким, широким шагом (у)	Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске не уронив друг друга (у)	Прыжки с поворотом вправо, влево, кругом (у)	Бросание мяча вверх, о землю и его ловля двумя руками (у)	Подлезание под веревку (дугу), правым и левым боком (у)
Общеразвивающие упражнения (с платочком) страница 42 С.Ю.Федорова страница 43, занятие 25							
Подвижная игра (на внимание) «Найди свой домик». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 147, занятие 40							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 143, занятие 37							
II	Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении за направляющим по ориентиру	Ходьба по гимнастической скамейке; с перешагиванием через рейки лестницы (у)	Бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким, широким шагом (у)	Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске не уронив друг друга. (п)	Прыжки с поворотом вправо, влево, кругом (у)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (у)	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони (у)
Общеразвивающие упражнения (с платочком) страница 42 С.Ю.Федорова страница 45, занятие 27							
Подвижная игра «Забей гол в обруч». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 149, занятие 40							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 149, занятие 41							
III	Перестроение из колонны	Ходьба с перешагиванием	Бег с обеганием предметов (у)	Ходьба по доске, сходясь	Прыжки через	Бросание мяча об	Подлезание под

	по одному в колонну по три в движении за направляющим	через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см; высоко поднимая колени (п)		вдвоем при встрече и расходясь на доске не уронив друг друга (п)	линию, поочередно через 4-5 линий (у)	пол и его ловля двумя руками (у)	веревку (дугу), правым и левым боком (п)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 43							
С.Ю.Федорова страница 46, занятие 29							
Подвижная игра (с бегом) «У медведя во бору»							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 158, занятие 50							
I V	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении за направляющим по ориентиру	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы ...); высоко поднимая колени (у)	Бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким, широким шагом (п)	Ходьба по доске, сходясь вдвоем при встрече и расходясь на доске (п)	Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий (у)	Бросание мяча вверх, о землю и его ловля двумя руками (п)	Подлезание под веревку (дугу), правым и левым боком (к)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 43							
С.Ю.Федорова страница 46, занятие 29							
Подвижная игра «Озорные мячи». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 158, занятие 49							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 51, занятие 6							

Неделя	Задачи	Январь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание , ползание
	Перестроение из двух колонн в две шеренги	Ходьба высоко поднимая колени (п)	Бег с обеганием предметов (п)	Ходьба по гимнастической скамейке и спрыгивание с нее (у)	Прыжки поочередно через 4-5 линий (у)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (п)	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони (п)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 50 С.Ю.Федорова страница 51, занятие 33						
	Подвижная игра «Кто дальше бросит?». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 163, занятие 55						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 163, занятие 55							
II	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба высоко поднимая колени (с)	Бег с обеганием предметов; непрерывный в медленном темпе (п)	Ходьба по гимнастической скамейке и спрыгивание с нее (к)	Прыжки поочередно через 4-5 линий (п)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (п)	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони (п)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 50 С.Ю.Федорова страница 53, занятие 35						

	Подвижная игра «Мороз, солнце и ветер» Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 164, занятие 56						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 163, занятие 56							
III	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба высоко поднимая колени (с)	Бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким; с ускорением и замедлением, со сменой ведущего (п)	Ходьба по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема(у)	Прыжки ноги вместе - ноги врозь (с поворота м кругом) (у)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (п)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (у)
Общеразвивающие упражнения (с кеглями) страница 50 С.Ю.Федорова страница 54, занятие 37							
Подвижная игра (с бегом) «Бездомный заяц»							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 166, занятие 59							
IV	Размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба высоко поднимая колени (к)	Бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким; с ускорением и замедлением, со сменой ведущего (к)	Ходьба по наклонной доске и спуск с нее с поворотом вокруг себя на середине подъема (к)	Прыжки поочередно через 4-5 линий (к)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (к)	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони (к)
Общеразвивающие упражнения (с кеглями) страница 50 С.Ю.Федорова страница 57, занятие 40							
Подвижная игра «Два Мороза» С.Ю.Федорова страница 57, занятие 40							
Занятие на улице; Л.И. Пензулаева страница 56, занятие 12							
Неделя	Задачи	Февраль					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
		Повороты кругом, переступая на месте	Ходьба высоко поднимая колени; с выполнением заданий (п)	Непрерывный бег в медленном темпе (п)	Ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см., высота 30-35 см.)(п)	Прыжки ноги вместе - ноги врозь, на одной ноге (п)	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой (у)
Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 58 С.Ю.Федорова страница 59, занятие 41							
Подвижная игра «Веселые соревнования» С.Ю.Федорова страница 60, занятие 41							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 168, занятие 62							
II	Повороты кругом, прыжком, стоя на месте	Ходьба высоко поднимая колени; по наклонной доске вверх и вниз (с)	Непрерывный бег в медленном темпе (с)	Ходьба и бег и прыжки по наклонной доске вверх и вниз (с)	Прыжки поочередно через 4-5 веревок,	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (с)	Подлезание под веревку правым и левым

					лежащих на полу (у)		боком (у)
Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 58							
С.Ю.Федорова страница 61, занятие 43							
Подвижная игра «Мы веселые ребята» . С.Ю.Федорова страница 61, занятие 43							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 171, занятие 65							
III	Повороты кругом, прыжком, стоя на месте	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны) (у)	Бег с ускорением и замедлением, со сменой ведущего (у)	Ходьба по наклонной доске и спуск с нее с подъемом ноги, согнутой в колоне (коснуться мяча) (у)	Прыжки поочередно через 4-5 веревок, лежащих на полу (п)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (с)	Подлезание под веревку правым и левым боком (п)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 59							
С.Ю. Федорова страница 62, занятие 45							
Подвижная игра «Два мороза» С.Ю. Федорова страница 62, занятие 45							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 173, занятие 68							
IV	Перестроение из колонны по одному в шеренгу	Ходьба по гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны) (к)	Бег с ускорением и замедлением, со сменой ведущего (п)	Ходьба по гимнастической скамейке с мячом прямых в руках над головой, на середине поворот вокруг себя (п)	Прыжки ноги вместе - ноги врозь, на одной ноге (к)	Метание малого мяча на дальность правой и левой рукой (п)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (с)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 59							
С.Ю. Федорова страница 64, занятие 48							
Подвижная игра «Сделай меньше прыжков» С.Ю. Федорова страница 65, занятие 48							
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 174, занятие 69							

Неделя	Задачи	Март					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение в колонну по два из колонны по одному в движении	Ходьба приставными шагами вперед (у)	Бег с ловлей и увертыванием (у)	Ходьба по гимнастической скамейке с палкой за головой на плечах. (у)	Прыжки через предметы (кубики) (у)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (п)	Пролезание в обруч, пролезание через бревно, гимнастическую скамейку (полоса препятствий) (у)

	Общеразвивающие упражнения (с кубиками) страница 65 С.Ю. Федорова страница 67, занятие 49													
	Подвижная игра «Самая меткая собака» Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 178, занятие 73													
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 178, занятие 74														
II	Перестроение в колонну по два из колонны по одному в движении	Ходьба приставными шагами вперед (п)	Бег с ловлей и увертыванием (п)	Ходьба по гимнастическому у буму с палкой за головой (п)	Прыжки через короткую скакалку (3-5 раз) (у)	Метание мяча в вертикальную цель (у)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (к)							
								Общеразвивающие упражнения (с кубиками) страница 65 С.Ю. Федорова страница 68, занятие 51						
								Подвижная игра «Игры в космос». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 183, занятие 79						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 183, занятие 79														
III	Перестроение в колонну по одному в колонну по три в движении	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи (у)	Бег змейкой (между предметами) (п)	Ходьба по гимнастическому у буму с поворотом кольца вправо, влево (у)	Прыжки через предметы (кубики с хлопками над головой) (у)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (с)	Проползание в обруч, перелезание через бревно (п)							
								Общеразвивающие упражнения (с гимнастической скамейкой) страница 67 С.Ю. Федорова страница 70, занятие 53						
								Подвижная игра «Бездомны заяц» Л.И. Пензулаева страница 75, занятие 4						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 183, занятие 80														
IV	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре	Ходьба приставными шагами вперед; со сменой ведущего (с)	Бег с ловлей и увертыванием; змейкой (между предметами) (с)	Ходьба по гимнастическому у буму с поворотом кольца вправо, влево (к)	Прыжки через предметы (кубики) (к)	Отбивание от пола правой и левой рукой на месте (к)	Проползание в обруч, перелезание через бревно (к)							
								Общеразвивающие упражнения (с гимнастической скамейкой) страница 67 С.Ю. Федорова страница 72, занятие 56						
								Подвижная игра «Бездомны заяц» Л.И. Пензулаева страница 75, занятие 4						
Занятие на улице; Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 185, занятие 83														

Неделя	Задачи	Апрель					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание

	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре	Ходьба со сменой ведущего (п)	Бег змейкой (между предметами) (с)	Ходьба по наклонному бревну с дополнительными заданиями для рук. (с)	Прыжки через короткую скакалку (п)	Метание мяча в вертикальную цель (с)	Проползание в обруч, перелезание через бревно (к)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 73 С.Ю. Федорова страница 72, занятие 56							
Подвижная игра «Автомобили и светофор». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 188, занятие 85							
Занятие на улице; Л.И. Пензулаева страница 82, занятие 15							
II	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре в движении	Ходьба со сменой ведущего; перешагивание через набивные мячи (п)	Челночный бег (у)	Ходьба по наклонному бревну, ставя ногу с носка, руки на пол (п)	Прыжки с высоты (у)	Метание мяча в вертикальную цель (п)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (к)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 73 С.Ю. Федорова страница 75, занятие 58							
Подвижная игра «Скачки лошадок». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 191, занятие 88							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 84, занятие 18							
III	Размыкание на вытянутые руки вперед и в стороны	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи; кружение в обе стороны (руки на поясе) (п)	Челночный бег (п)	Ходьба по наклонному бревну, перешагивая через предметы (кирпичики) (п)	Прыжки через короткую скакалку (п)	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (с)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (к)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 74 С.Ю. Федорова страница 76, занятие 60							
Подвижная игра «Сивка-бурка». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 196, занятие 94							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 85, занятие 21							
IV	Нахождение своего места в кругу, в колонне, в шеренге	Ходьба по наклонной доске, сохраняя равновесие; кружение в обе стороны (руки на поясе) (к)	Бег 20 м (у)	Ходьба по наклонному бревну, перешагивая через предметы (кирпичики) (с)	Прыжки с высоты (к)	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой (к)	Лазание по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево) (у)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 74 С.Ю. Федорова страница 78, занятие 62							
Подвижная игра «Сивка-бурка». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 196, занятие 94							

Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 87, занятие 24

Неделя	Задачи	Май											
I		Основные виды движений											
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание						
	Размыкание и смыкание при построении обычным шагом	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи; кружения в обе стороны (руки на поясе) (п)	Бег 20 м (п)	Ходьба по наклонному буму (п)	Прыжки с высоты (п)	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (п)	Лазание по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево) (п)						
	Общеразвивающие упражнения (с малыми мячами) страница 80 С.Ю. Федорова страница 82, занятие 65												
	Подвижная игра «Самый смелый ловец». Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина страница 202, занятие 101												
Занятие на улице Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 89, занятие 27													
II	Размыкание и смыкание при построении обычным шагом	Ходьба с перешагиванием через набивные мячи (с)	Бег 20 м (с)	Ходьба по наклонному буму. (с)	Прыжки в длину с места (у)	Метание мяча в вертикальную цель (с)	Лазание по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево) (с)						
								Общеразвивающие упражнения (с малыми мячами) страница 80 С.Ю. Федорова страница 84, занятие 67					
								Подвижная игра «Не оставайся на полу». С.Ю. Федорова страница 84, занятие 67					
Занятие на улице: Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 90, занятие 30													
III	Повороты направо, налево переступанием	Ходьба по наклонной гимнастической доске, сохраняя равновесие (с)	Челночный бег (с)	Ходьба по наклонному буму (к)	Прыжки в длину с места (п)	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (к)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (к)						
								Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 81 С.Ю. Федорова страница 85, занятие 69					
								Подвижная игра «Не оставайся на полу». С.Ю. Федорова страница 84, занятие 67					
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 92, занятие 33													
IV	Повороты	Ходьба по	Челночный бег	Ходьба по	Прыжки	Метание	Ползание						

	направо, налево переступание м	наклонной гимнастической доске, сохраняя равновесие (к)	(к)	наклонному буму (к)	с высоты (к)	мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой (к)	ие по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (к)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 81 С.Ю. Федорова страница 86, занятие 72							
Подвижная игра «У медведя во бору». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 93, занятие 34							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 93, занятие 36							

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

Неделя	Задачи	Сентябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание , ползание
	Построение в колонну, выравнивание на ведущего	Ходьба на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп (у)	Бег обычный, на носках (у)	Ходьба по гимнастической скамейке, неся корзину с овощами (предметы, мяч и другое). (у)	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза по 10 прыжков) (у)	Прокатывание набивных мячей (у)	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой (у)
	Общеразвивающие упражнения (с гимнастическими палками) страница 22 С.Ю. Федорова страница 22, занятие 1						
	Подвижная игра «Ловишки». С.Ю. Федорова страница 22, занятие 1						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербова, Т.С. Комарова страница 17, занятие 3							
II	Построение в колонну, в шеренгу, выравнивание на ведущего	Ходьба на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп (п)	Бег обычный, на носках (п)	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая препятствие (у)	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза по 10 прыжков) (п)	Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов (кеглей) (у)	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой (п)
	Общеразвивающие упражнения (с гимнастическими палками) страница 22 С.Ю. Федорова страница 23, занятие 3						
	Подвижная игра «Мышеловка». С.Ю. Федорова страница 24, занятие 3						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе							

М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 20, занятие 6							
III	Построение в пары на месте, чередуя построение в колонну	Ходьба с высоким подниманием колена (бедро) (у)	Бег с высоким подниманием колена (у)	Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая препятствие (п)	Прыжки разными способами и (ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед – другая назад) (у)	Бросание мяча вверх и его ловля двумя руками (у)	Ползание на четвереньках с переползанием через бревно (у)
Общеразвивающие упражнения (с кеглями) страница 21 С.Ю. Федорова страница 25, занятие 5							
Подвижная игра «Не оставайся на полу». С.Ю. Федорова страница 25, занятие 5							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 24, занятие 9							
IV	Построение в пары на месте и в движении	Ходьба на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп (п)	Бег обычный, на носках (к)	Ходьба по гимнастической скамейке, на носках в руках скакалка (у)	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза по 10 прыжков) (к)	Прокатывание набивных мячей (к)	Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой (к)
Общеразвивающие упражнения (с кеглями) страница 21 С.Ю. Федорова страница 27, занятие 8							
Подвижная игра «Мышеловка». С.Ю. Федорова страница 27, занятие 8							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 26, занятия 12							

Неделя	Задачи	Октябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в две колонны	Ходьба с высоким подниманием колена (с)	Бег с высоким подниманием колена (бедра) (с)	Ходьба по веревке (у)	Прыжки разными способами (ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед – другая назад) (п)	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками (п)	Ползание на четвереньках с переползанием через препятствия (у)
	Общеразвивающие упражнения (с мешочками) страница 28 С.Ю. Федорова страница 30, занятие 9						
	Подвижная игра «Охотники и зайцы». С.Ю. Федорова страница 29, занятие 9						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 29, занятие 15							
II	Повороты на месте прыжком в	Ходьба с высоким подниманием колена (с)	Бег с высоким подниманием колена (бедра) (с)	Ходьба по веревке, выложенной «змейкой» с мешочком на	Прыжки разными способами (ноги скрестно –	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля	Ползание на четвереньках с переполза

	разные стороны; построение в круг			голове (п)	ноги врозь, одна нога вперед – другая назад) (с)	двумя руками (с)	нием через препятствия (п)
Общеразвивающие упражнения (с мешочками) страница 28							
С.Ю. Федорова страница 31, занятие 11							
Подвижная игра «Охотники и зайцы». С.Ю. Федорова страница 29, занятие 9							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 32, занятие 18							
III	Перестроение в два круга	Ходьба перекатом с пятки на носок (у)	Бег мелким и широким шагом (у)	Ходьба по веревке, перешагивая предметы с мешочком на голове. (у)	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед в соответствии с ритмом звучащей музыки (у)	Бросание мяча об пол и его ловля одной рукой (правой и левой поочередно) (у)	Ползание на четвереньках, толкая головой мяч, с проползанием через препятствия (у)
Общеразвивающие упражнения (с мешочками) страница 28							
С.Ю. Федорова страница 31, занятие 11							
Подвижная игра (с бегом) «Гуси-лебеди». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 36, занятие 22							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 35, занятие 21							
IV	Расчет на первый-второй в шеренге, к колонне	Ходьба с высоким подниманием колена (к)	Бег мелким и широким шагом (к)	Ходьба по мешочкам (к)	Прыжки разными способами (ноги скрестно – ноги врозь, одна нога вперед – другая назад) (к)	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля двумя руками (к)	Ползание на четвереньках, толкая головой мяч (к)
Общеразвивающие упражнения (с мешочками) страница 28							
С.Ю. Федорова страница 34, занятие 16							
Подвижная игра (с бегом) «Гуси-лебеди». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 36, занятие 22							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 37, занятие 24							
Неделя	Задачи	Ноябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение в две колонны; повороты на месте	Ходьба с перекатом с пятки на носок (п)	Бег в колонне по одному, по двое (у)	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине (у)	Прыжки на двух ногах на месте (по 10 прыжков подряд) (п)	Бросание мяча об пол и его ловля одной рукой (оочередно) (п)	Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья

							я и колени (у)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 35							
С.Ю. Федорова страница 37, занятие 17							
Подвижная игра «Встречные робежки». С.Ю. Федорова страница 37, занятие 17							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 41, занятие 27							
II	Повороты на месте кругом; перестроение в три колонны	Ходьба с перекатом с пятки на носок (с)	Бег мелким и широким шагом (с)	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на каждый шаг (прямую ногу пронося справа и с лева от скамейки) (у)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием через предметы (у)	Бросание мяча об пол и его ловля одной рукой (оочередно) (с)	Ползание на четвереньках, толкая головой мяч (с)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 36							
С.Ю. Федорова страница 38, занятие 18							
Подвижная игра «Пожарные на учении». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 40, занятие 25							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 43, занятие 30							
III	Выполнение поворотов на углах; расхождение из колонны по одному в разные стороны	Ходьба прерывистым шагом вправо и влево (у)	Бег с высоким подниманием колена (бедро) (с)	Легкий бег по гимнастической скамейке (у)	Прыжки на одной ноге (правой, левой) на месте с продвижением вперед (у)	Бросание мяча вверх и его ловля с хлопками (у)	Ползание на четвереньках с переползанием через небольшие препятствия (у)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 35							
С.Ю. Федорова страница 39, занятие 20							
Подвижная игра «Перепрыгни через ручей». Н.В. Полтавцева страница 71							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 45, занятие 33							
IV	Повороты на месте	Ходьба с перекатом с пятки на носок (к)	Бег в колонне по одному, по двое (к)	Ходьба по гимнастической скамейке с поворотами (к)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (к)	Бросание мяча об пол и его ловля одной рукой (поочередно) (к)	Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени (к)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 35							
С.Ю. Федорова страница 42, занятие 24							
Подвижная игра «Перепрыгни через ручей». Н.В. Полтавцева страница 71							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 47, занятие 36							

Неделя	Задачи	Декабрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Расчет на первый, второй, третий; перестроение по расчету	Ходьба в колонне по одному, по двое (п)	Бег с змейкой, врассыпную, с препятствиями (п)	Ходьба по скамейке с закрытыми глазами (у)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (к)	Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую (у)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (с)
	Общеразвивающие упражнения (со скакалкой) страница 43 С.Ю. Федорова страница 44, занятие 25						
	Подвижная игра «Бездомный заяц». С.Ю. Федорова страница 45, занятие 25						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 50, занятие 3							
II	Построение в звенья за ведущим	Ходьба в колонне по 1,2.3 (у)	Бег с змейкой, врассыпную, с препятствиями (с)	Ходьба по гимнастическому буму, бросая мяч то справа, то слева, о пол и ловля его двумя руками. (у)	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (к)	Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую (п)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, в чередовании с ходьбой на ... (п)
	Общеразвивающие упражнения (со скакалкой) страница 43 С.Ю. Федорова страница 46, занятие 27						
Подвижная игра «Бездомный заяц». С.Ю. Федорова страница 45, занятие 25							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 52, занятие 6							
III	Перестроение в шеренгу; в две шеренги	Ходьба в колонне по 1,2.3 (п)	Непрерывный бег в течении 1,5 – 2 минут в медленном темпе (у)	Ходьба по гимнастическому буму, бросая мяч то справа, то слева, о пол и ловля его двумя руками (к)	Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы (у)	Перебрасывание мяча друг другу с отскоком от земли из И.П. стоя в две колонны лицом друг к другу (у)	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками (к)
	Общеразвивающие упражнения (с платочком) страница 43 С.Ю. Федорова страница 48, занятие 30						
Подвижная игра (с бегом) «Хитрая лиса». С.Ю. Федорова страница 48, занятие 30							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 54, занятие 9							
IV	Перестроение в пары, в колонны	Ходьба в колонне по 1,2.3 (к)	Бег с змейкой, врассыпную, с препятствиями (к)	Пролезание через бум и подлезание под него(к)	Прыжки на одной ноге (поочередно), с продвижением	Перебрасывание малого мяча из одной руки в	Ползание по гимнастической скамейке на животе,

					нием вперед (у)	другую (п)	подтяги- вать руками (к)
Общеразвивающие упражнения (с платочком) страница 43							
С.Ю. Федорова страница 49, занятие 32							
Подвижная игра «Медведи и пчелы». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 57, занятие 12							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 60, занятие 13							

Неделя	Задачи	Январь											
I		Основные виды движений											
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание						
	Перестроение в одну, в три колонны	Ходьба вдоль стен зала с поворотом (у)	Непрерывный бег в течении 1,5 – 2 минут в медленном темпе (п)	Ходьба по гимнастическому буму, перекладывая мяч из рук в руки над головой (у)	Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы (п)	Перебрасывание мяча друг другу от груди (у)	Перелезание через несколько предметов подряд (у)						
	Общеразвивающие упражнения (с малым мячом) страница 50 С.Ю. Федорова страница 52, занятие 33												
	Подвижная игра «Мы веселые ребята». С.Ю. Федорова страница 52, занятие 33												
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 61, занятие 15													
II	Построение в круг; размыкание на вытянутые руки	Ходьба вдоль стен зала с поворотом (п)	Непрерывный бег в течении 1,5 – 2 минут в медленном темпе (п)	Ходьба по гимнастическому буму, перекладывая мяч из рук в руки над головой (п)	Прыжки в высоту с места прямо и боком через предметы (п)	Перебрасывание мяча друг другу с отскоком от земли из И.П. стоя в две колонны лицом друг к другу (п)	Перелезание через несколько предметов подряд, чередуя с проползанием через обруч (у)						
								Общеразвивающие упражнения (с малым мячом) страница 50 С.Ю. Федорова страница 53, занятие 35					
								Подвижная игра «Мы веселые ребята». С.Ю. Федорова страница 52, занятие 33					
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 63, занятие 18													
III	Перестроение в пары	Ходьба с выполнением различных заданий инструктора (п)	Бег в среднем темпе 80 – 120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой (у)	Ходьба по гимнастическому буму на носках, раскладывая и собирая мелкие предметы (к)	Прыжки на мягкое покрытие (у)	Перебрасывание мяча разными способами (у)	Пролезание в обруч боком (поочередно) (у)						
								Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 51 С.Ю. Федорова страница 55, занятие 37					
								Подвижная игра «Сделай меньше прыжков». С.Ю. Федорова страница 55, занятие 37					

Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 65, занятие 21							
IV	Построение в одну колонну, расхождение через середину по одному в разные стороны	Ходьба вдоль стен зала с поворотом (с)	Бег в среднем темпе 80 – 120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой (п)	«Кто быстрее к флажку» (бум-бег на носках: канат-прыжки на одной ноге: обруч-надеть на себя) (у)	Прыжки на мягкое покрытие (п)	Перебрасывание мяча разными способами (п)	Перелезание через несколько предметов подряд (к)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 51 С.Ю. Федорова страница 57, занятие 40							
Подвижная игра «Охотники и зайцы». С.Ю. Федорова страница 57, занятие 40							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 66, занятие 24							

Неделя	Задачи	Февраль					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в одну, в три колонны	Ходьба с выполнением различных заданий инструктора (п)	Кружение парами, держась за руки (у)	Легкий бег по буму, раскладывая и собирая мелкие предметы (у)	Прыжки с высоты в обозначенное место (у)	Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (у)	Пролезание в обруч на четвереньках в чередовании с ходьбой (у)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 58 С.Ю. Федорова страница 59, занятие 41						
	Подвижная игра «Наседка и коршун». Н.В. Полтавцева страница 129						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 69, занятие 27							
II	Перестроение в шеренгу	Ходьба по веревке (у)	Непрерывный бег в медленном темпе 1,5-2 минут (п)	Ходьба по гимнастическому буму, высоко поднимая колени перешагивая предметы (п)	Прыжки на мягкое покрытие (с)	Перебрасывание мяча разными способами (с)	Лазание по гимнастической стенке приставным шагом (у)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 58 С.Ю. Федорова страница 62, занятие 44						
	Подвижная игра «Мы веселые ребята». С.Ю. Федорова страница 61, занятие 44						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 71, занятия 30							

III	Равнение в колонне, в шеренге, перестроение в звенья	Ходьба по веревке (п)	Кружение парами, держась за руки (п)	Вис на гимнастической стенке, раскачивание, соскок (у)	Прыжки с высоты в обозначенное место в чередовании с перешагиванием через предметы (у)	Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (п)	Лазание по гимнастической стенке приставным шагом (п)
	Общеразвивающие упражнения (с набивным мячом) страница 59 С.Ю. Федорова страница 62, занятие 44						
	Подвижная игра «Удочка». С.Ю. Федорова страница 62, занятие 44						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 63, занятие 46							
IV	Построение в шеренгу; в колонну, по диагонали; расчет на первый, второй в движении	Ходьба с выполнением различных заданий инструктора (к)	Кружение парами, держась за руки (к)	«Не потеряй груз» - бег по буму с мячами сколько сумел взять в руки из корзины (с)	Прыжки с высоты в обозначенное место (к)	Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (к)	Пролезание в обруч разными способами (п)
	Общеразвивающие упражнения (с набивным мячом) страница 59 С.Ю. Федорова страница 62, занятие 44						
	Подвижная игра (эстафета) «Пронеси мяч, не задев кеглю»						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 73, занятие 33							

Неделя	Задачи	Март					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в один круг в два круга	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи (у)	Челночный бег (у)	Ходьба по гимнастическому буму через предметы с хлопками над головой, боком (п)	Прыжки в длину с места (у)	Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов (кеглей) (у)	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа (у)
	Общеразвивающие упражнения (с гимнастической скамейкой) страница 65 С.Ю. Федорова страница 66, занятие 49						
	Подвижная игра (с бегом) «Веселые соревнования». С.Ю. Федорова страница 66, занятие 49						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 78, занятие 3							
II	Перестроение в три колонны	Ходьба по гимнастической скамейке боком (приставным шагом) с мешочком на	Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (у)	Ходьба по гимнастическому буму через предметы с хлопками над головой, боком	Прыжки в длину, в высоту с разбега (у)	Метание малого мяча на дальность (у)	Перелезание с одного пролета гимнастической

		голове (у)		(с)			стенки на другой (у)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической скамейкой) страница 65							
С.Ю. Федорова страница 69, занятие 53							
Подвижная игра «Школа мяча». С.Ю. Федорова страница 70, занятие 53							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 80, занятие 6							
III	Перестроение в три колонны	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи (с)	Челночный бег (с)	«На одной ножке по дорожке» (п)	Прыжки в длину с места (с)	Прокатывание набивных мячей со сбиванием предметов (кеглей) (п)	Лазанье по гимнастической стенке со страховкой (с)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастическими лентами) страница 66							
С.Ю. Федорова страница 71, занятие 55							
Подвижная игра «Школа мяча». С.Ю. Федорова страница 70, занятие 53							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 85, занятие 12							
IV	Повороты направо, налево в колонне и в движении	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи (к)	Челночный бег (к)	Дети малым мячом стараются попасть в детей стоящих на бревне (у)	Прыжки в длину с места (к)	Прокатывание набивных мячей в заданном направлении (к)	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа (к)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастическими лентами) страница 66							
С.Ю. Федорова страница 71, занятие 56							
Подвижная игра «Волк во рву». Н.В. Полтавцева страница 176							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 85, занятие 12							
Неделя	Задачи	Апрель					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение в две, три колонны на месте и в движении	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (п)	По наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (п)	Обводка мяча между кеглями «змейкой» (у)	Прыжки в длину, в высоту с разбега (п)	Метание малого мяча на дальность (с)	Лазанье по гимнастической стенке (с)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 72							
С.Ю. Федорова страница 74, занятие 57							
Подвижная игра «Караси и щука». С.Ю. Федорова страница 75, занятие 57							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 87, занятие 15							
II	Перестроение в пары на месте, по сигналу – в движении	Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи (п)	Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (с)	Обводка мяча между кеглями «змейкой» (п)	Прыжки в длину, в высоту с разбега (с)	Метание малого мяча на дальность (с)	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа (с)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 72							

С.Ю. Федорова страница 75, занятие 59							
Подвижная игра «Пустое место». Н.В. Полтавцева страница 193							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 89, занятие 18							
III	Ходьба в колонне через середину, расхождение в разные стороны по одному	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (с)	Бег на скорость (у)	«Обеги мяч» - бег «змейкой» обегая мячи до ориентира (с)	Прыжки через скакалку, вращая ее вперед (у)	Метание малого мяча в горизонтальную цель (у)	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа (к)
Общеразвивающие упражнения (с мешочками) страница 73							
С.Ю. Федорова страница 76, занятие 60							
Подвижная игра (с бегом) «Мы веселые ребята»							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 91, занятие 21							
IV	Построение в колонну, перестроение в звенья	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи (к)	Бег на скорость (п)	«Обеги мяч» - бег «змейкой» обегая мячи до ориентира (к)	Прыжки в длину, в высоту с разбега (к)	Метание малого мяча в горизонтальную цель (п)	Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой (п)
Общеразвивающие упражнения (с мешочками) страница 73							
С.Ю. Федорова страница 79, занятие 64							
Подвижная игра «Горелки». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 93, занятие 22							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 93, занятие 24							

Неделя	Задачи	Май					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Построение в три колонны	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (п)	Бег на скорость (30 м) (у)	Ходьба по буму с мешочком на голове (п)	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад (у)	Метание малого мяча в вертикальную цель (у)	Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой (к)
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 80						
	С.Ю. Федорова страница 81, занятие 65						
Подвижная игра «Эстафета парами». С.Ю. Федорова страница 82, занятие 65							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 96, занятие 27							
II	Размыкание из одной колонны в три колонны	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейке (у)	Бег на скорость (30 м) (п)	Ходьба по буму с мешочком на голове (к)	Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и	Метание малого мяча в вертикальную цель (п)	Перелезание с одного пролета гимнастической

	приставным шагом в разные стороны)				качающуюся (у)		стенки на другой (к)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 80							
Федорова страница 83, занятие 67							
Подвижная игра «Мяч водящему». С.Ю. Федорова страница 83, занятие 67							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 97, занятие 30							
III	Размыкание из одной колонны в три колонны	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (к)	Бег на скорость (30 м) (с)	На гимнастических кольцах; вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок (у)	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад (п)	Метание малого мяча в вертикальную цель (к)	Перелезание с одного пролета гимнастической стенки на другой (к)
Общеразвивающие упражнения (со средним мячом) страница 81							
С.Ю.Федорова страница 84, занятие 69							
Подвижная игра «Пустое место». С.Ю.Федорова страница 84, занятие 69							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 99, занятие 33							
IV	Ходьба с перестраиванием в 3-4 колонны	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носочках, боком (приставным шагом) (к)	Бег на скорость (30 м) (к)	Ходьба с мешочками на голове по скамейке сначала прямо широким шагом, затем боком приставным шагом (2-3 круга) (к)	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад (п)	Метание малого мяча в вертикальную цель (к)	Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет (к)
Общеразвивающие упражнения (со средним мячом) страница 81							
С.Ю.Федорова страница 84, занятие 69							
Подвижная игра «Встречные пробежки». С.Ю.Федорова страница 84, занятие 69							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 101, занятие 36							

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ

Неделя	Задачи	Сентябрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
		Построение в колонну; игра «по местам» - по сигналу дети находят свои места в	Ходьба гимнастическим шагом, с перекатом с пятки на носок (у)	Бег высоко поднимая колено, выбрасывая прямые ноги вперед (у)	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки за головой (у)	Прыжки на двух ногах на месте (у)	Перебрасывание мяча друг другу снизу (у)
							Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (у)

	КОЛОННС						
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 20 С.Ю. Федорова страница 22, занятие 1							
Подвижная игра «Чье звено быстрее соберется». С.Ю. Федорова страница 22, занятие 1							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 11, занятие 3							
II	Построение в колонну по одному, повороты направо, налево	Ходьба гимнастическим шагом, с перекатом с пятки на носок (п)	Бег высоко поднимая колено, выбрасывая прямые ноги вперед (п)	Ходьба по гимнастической скамейке с мячом, на каждый шаг фиксируя положения мяча вниз, вперед, вверх (у)	Прыжки на двух ногах на месте (п)	Перебрасывание мяча друг другу из положения сидя ноги скрестно (у)	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (у)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 20 С.Ю. Федорова страница 23, занятие 3							
Подвижная игра «Совушка». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 14, занятие 6							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 14, занятие 6							
III	Построение в 3 звена. Игра «Найди свое звено»	Ходьба гимнастическим шагом, с перекатом с пятки на носок (с)	Бег высоко поднимая колено, выбрасывая прямые ноги вперед (с)	По гимнастической скамейке (п)	Прыжки на двух ногах на месте (с)	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя ноги скрестно (у)	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (с мешочком на спине) (у)
Общеразвивающие упражнения (с малым мячом) страница 21 С.Ю. Федорова страница 25, занятие 6							
Подвижная игра «Хитрая лиса». С.Ю. Федорова страница 25, занятие 6							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 16, занятие 9							
IV	Построение в две колонны	Ходьба гимнастическим шагом, с перекатом с пятки на носок (к)	Бег высоко поднимая колено, выбрасывая прямые ноги вперед (к)	«Полоса препятствий». По скамейке на носках (п)	Прыжки на двух ногах на месте (к)	Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы, из положения сидя ноги скрестно (п)	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке (к)
Общеразвивающие упражнения (с малым мячом) страница 21 С.Ю. Федорова страница 25, занятие 6							
Подвижная игра «Вемелые лягушки». С.Ю. Федорова страница 26, занятие 7							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 18, занятие 12							

Неделя	Задачи	Октябрь											
I		Основные виды движений											
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание						
	Перестроение парами; 3-4 раза менять направление движения по команде «кругом»	Ходьба в полуприседе (у)	Бег широким и мелким шагом (у)	Упражнения в ведении мяча правой левой рукой, обходя поставленные в ряд предметы (6-8 кубиков, кеглей) (у)	Подскоки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (у)	Перебрасывание мяча друг другу через сетку (у)	Проползание на животе под гимнастической палкой (у)						
	Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 27 С.Ю. Федорова страница 29, занятие 9												
	Подвижная игра «Перелет птиц». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 21, занятие 13												
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 22, занятие 15													
II	Построение парами; 3-4 раза менять направление движения по команде «кругом»	Ходьба в полуприседе (п)	Бег широким и мелким шагом (п)	Бег в среднем темпе, во время которого дети пробегают по скамейке (у)	Подскоки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (п)	Перебрасывание мяча друг другу через сетку (п)	Проползание на животе под гимнастической палкой (у)						
								Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 27 С.Ю. Федорова страница 31, занятие 11					
								Подвижная игра «Школа мяча». С.Ю. Федорова страница 31, занятие 11					
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 24, занятие 18													
III	Повороты на месте, направо, налево, кругом, в движении, Перестроение в три колонны	Ходьба приставными шагами вперед и назад (у)	Бег вперед, сохраняя направление (у)	Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронося сбоку вперед (у)	Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком (у)	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля двумя руками (у)	Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками (у)						
								Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 28 С.Ю. Федорова страница 31, занятие 11					
								Подвижная игра (с бегом) «Не попадись» Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 27, занятие 21					

Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 26, занятие 21							
IV	Перестроение в круг, в два круга	Ходьба в полуприседе (к)	Бег широким и мелким шагом (к)	Ходьба по гимнастической скамейке, боком, приставным шагом, прямо, перешагивая через предметы (2-3 раза) (к)	Подскоки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (к)	Перебрасывание мяча друг другу через сетку (к)	Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками (к)
Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 28 С.Ю. Федорова страница 34, занятие 16							
Подвижная игра «Ловишки с ленточками». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 29, занятие 24							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 28, занятие 24							

Неделя	Задачи	Ноябрь											
I		Основные виды движений											
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание						
	Перестроение и шеренгу, размыкание приставным шагом	Ходьба приставными шагами вперед и назад (п)	Бег спиной вперед, сохраняя равновесие (п)	Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, пронося другую сбоку, фиксируя движения руками (у)	Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком (п)	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля двумя руками (п)	Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами (у)						
	Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 35 С.Ю. Федорова страница 37, занятие 17												
	Подвижная игра «Веселые лягушки». С.Ю. Федорова страница 37, занятие 17												
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 32, занятие 27													
II	Построение в шеренгу, колонну, равнение на ведущего, повороты на месте	Ходьба в колонне по 1, 2, 3, 4, в шеренге (у)	Бег в колонне по одному, по два (у)	На гимнастической стенке, раскачивание, вис согнув ноги, соскок (у)	Прыжки с максимальным вращением вокруг оси своего тела (вправо, влево) (у)	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля одной рукой (у)	Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами (п)						
								Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 35 С.Ю. Федорова страница 37, занятие 17					
								Подвижная игра «Догони свою пару». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 31, занятие 25					
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 34, занятие 30													
III	Перестроение в 2,3	Ходьба в колонне по 1, 2, 3, 4, в шеренге	Бег в колонне по одному, по два (п)	Ходьба по гимнастической скамейке,	Прыжки с максимальным	Бросание мяча вверх, об	Ползание на спине по						

	колонны на месте; расчет на 1-й, 2, 3 в движении	(п)		выполняя приседание на середине руки вперед (п)	вращение м вокруг оси своего тела (вправо, влево) (п)	пол, его ловля одной рукой (п)	гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами (к)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 36 С.Ю. Федорова страница 40, занятие 22							
Подвижная игра «Перелет птиц». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 36, занятие 31							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 36, занятие 33							
IV	Перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба приставными шагами вперед и назад (к)	Спиной вперед, сохраняя равновесие (к)	В парах перетягивают друг друга за руки у черты (к)	Прыжки с зажатым между ног мешочком с песком (к)	Бросание мяча вверх, об пол, его ловля одной рукой (к)	Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами (к)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 36 С.Ю. Федорова страница 41, занятие 24							
Подвижная игра «Перелет птиц». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 36, занятие 31							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 39, занятие 36							

Неделя	Задачи	Декабрь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение из одной шеренги в две	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом (у)	Непрерывный бег в течении 2-3 минут в медленном темпе (у)	Ходьба по гимнастическому буму с поворотом кругом на середине (у)	Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый (у)	Бросание мяча об пол и его ловля двумя руками (10 раз) (у)	Пролезание в обруч разными способами (у)
	Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 42 С.Ю. Федорова страница 44, занятие 25						
	Подвижная игра «Перебежки». С.Ю. Федорова страница 44, занятие 25						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 41, занятие 3							
II	Построение в 2 шеренги, в 3 шеренги	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом (п)	Непрерывный бег в течении 2-3 минут в медленном темпе (п)	На гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок (у)	Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый (п)	Бросание о стену и его ловля двумя руками (10-15 раз) (у)	Пролезание в обруч разными способами (п)

Общеразвивающие упражнения (с обручем) страница 42							
С.Ю. Федорова страница 45, занятие 27							
Подвижная игра (с бегом) «Перебежки». С.Ю. Федорова страница 46, занятие 27							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 43, занятие 6							
III	Перестроение из одной шеренги в 2-3 колонны на месте; расчет на 1-й, 2-й, 3-й в движении	Ходьба с набивным мешочком на голове (у)	Бег сохраняя равновесие на одной ноге после остановки (у)	Ходьба по гимнастическому буму, выполняя приседание на середине буму, руки вверх (п)	Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно) через линию вперед и назад вправо и влево (у)	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении (у)	Подлезание под дугу разными способами (у)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 43							
С.Ю. Федорова страница 47, занятие 29							
Подвижная игра (с бегом) «Два мороза». С.Ю. Федорова страница 47, занятие 29							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 46, занятие 9							
IV	Перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом (к)	Непрерывный бег в течении 2-3 минут в медленном темпе (к)	«Перетяни за черту» (к)	Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый (к)	Бросание мяча вверх, об пол и его ловля с хлопками, поворотами (у)	Пролезание в обруч разными способами в чередовании с проползанием по гимнастической скамейке, потягиваясь руками (п)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 43							
С.Ю. Федорова страница 48, занятие 31							
Подвижная игра «Лягушки и цапля». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 47, занятие 9							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 48, занятие 12							

Неделя	Задачи	Январь					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й, перестроение из одной шеренги в две,	Ходьба с набивным мешочком на голове (п)	Бег сохраняя равновесие на одной ноге после остановки (п)	Ходьба по гимнастическому буму с мячом в руках на носках, на середине поворот вокруг себя (у)	Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно) через линию	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в	Подлезание под дугу разным и способами (п)

	три				вперед и назад, вправо и влево (у)	движении (у)	
Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 40 С.Ю. Федорова страница 52, занятие 33							
Подвижная игра «Снежная карусель». С.Ю. Федорова страница 52, занятие 33							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 67, занятие 1							
II	Расчет на 1-й, 2-й, перестроение из одной шеренги в две.	Ходьба с набивным мешочком на голове (с)	Бег с преодолением препятствий (у)	Ходьба по гимнастическому буму с мячом в руках на носках, на середине поворот вокруг себя (п)	Прыжки вверх из глубокого приседа (у)	Ведение мяча перед собой (3-5 м) (у)	Подлезание под дугу разным и способами, не касаясь руками пола (у)
Общеразвивающие упражнения (с флажками) страница 40 С.Ю. Федорова страница 52, занятие 34							
Подвижная игра «Снежная карусель». С.Ю. Федорова страница 52, занятие 33							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 67, занятие 2							
III	Перестроение в 2,3 колонны через середину	Ходьба приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку от гимнастической скамейки (у)	Бег с преодолением препятствий (п)	Легкий бег на носках с обручем в руках по гимнастическому буму, сохраняя равновесие (п)	Прыжки вверх из глубокого приседа (п)	Ведение мяча в разных направлениях (у)	Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами (у)
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 41 С.Ю. Федорова страница 54, занятие 36							
Подвижная игра (с бегом) «Догони свою пару»							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 68, занятие 3							
IV	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й, перестроение из одной колонны в три по расчету.	Ходьба приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку от гимнастической скамейки (п)	Бег сохраняя равновесие на одной ноге после остановки (с)	Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередной) через линию вперед и назад, вправо и влево (п) Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении (п) Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами (п)			
Общеразвивающие упражнения (без предметов) страница 41 С.Ю. Федорова страница 56, занятие 39							
Подвижная игра «Два Мороза». С.Ю. Федорова страница 56, занятие 39							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 78Э, занятие 4							

Неделя	Задачи	Февраль					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание

	Перестроение в 4 колонны через середину расхождение парами направо, налево	Ходьба поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок (у)	Бег с преодолением препятствий (у)	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через палку (п)	Прыжки вверх из глубокого приседа (п)	Ведение мяча в разных направлениях (п)	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа (у)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 57							
С.Ю. Федорова страница 59, занятие 41							
Подвижная игра «Веселые соревнования». С.Ю. Федорова страница 60, занятие 41							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 68, занятие 5							
II	Перестроение из одного круга в два	Ходьба приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку гимнастической скамейки (у)	Бег с преодолением препятствий (п)	На кольцах – вис, раскачивание, согнувшись, стойка, соскок (у)	Прыжки вверх из глубокого приседа (с)	Бросание мяча о землю и его ловля двумя руками (10-20 раз) с продвижением вперед(п)	Перелезание через гимнастическую скамейку разными способами (с)
Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 57							
С.Ю. Федорова страница 60, занятие 42							
Подвижная игра «Не оставайся на земле». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 62, занятие 28							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 68, занятие 6							
III	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й, 4-й размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую сторону	Ходьба поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок (у)	Челночный бег (у)	Ходьба по гимнастическому буму навстречу друг другу на середине разойтись, уступая дорогу (п)	Прыжки на мягкое покрытие с разбега (у)	Ведение мяча в разных направлениях (с)	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа (с)
Общеразвивающие упражнения (с мячом большого диаметра) страница 58							
С.Ю. Федорова страница 60, занятие 43							
Подвижная игра «Перебежки». С.Ю. Федорова страница 61, занятие 43							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 69, занятие 7							
IV	Перестроение из одной шеренги в две; перестроение из двух шеренг в	Ходьба поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок (п)	Бег с преодолением препятствий (с)	Ходьба по гимнастическому буму навстречу друг другу на середине разойтись, уступая дорогу (п)	Прыжки вверх из глубокого приседа (к)	Ведение мяча в разных направлениях (к)	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа (к)

	два круг						
Общеразвивающие упражнения (с мячом большого диаметра) страница 58							
С.Ю. Федорова страница 64, занятие 48							
Подвижная игра «Веселые соревнования». С.Ю. Федорова страница 64, занятие 48							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 69, занятие 8							

Неделя	Задачи	Март					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Самостоятельно строиться в круг, в два круга	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагиванием предметов (у)	Бег со средней скоростью (расстояние 80-120 м) в чередовании с ходьбой (у)	Ходьба по гимнастическому буму поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая предмет под ногой из одной руки в другую (у)	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед (10 прыжков) (у)	Метание мяча на дальность правой и левой рукой (п)	Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой (у)
	Общеразвивающие упражнения (с хлопками) страница 64 С.Ю. Федорова страница 66, занятие 49						
	Подвижная игра «Пустое место». С.Ю. Федорова страница 67, занятие 49						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 69, занятие 9							
II	Перестроение из одной колонны в две в движении и	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом (у)	Бег с мячом, скакалкой, по доске, бревну (у)	Ходьба по шнуру (8-10 см.) с мешочком на голове (у)	Прыжки в длину с места, с разбега (п)	Метание мяча в движущую цель (катящийся обруч) (у)	Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой (п)
	Общеразвивающие упражнения (с хлопками) страница 64 С.Ю. Федорова страница 68, занятие 52						
	Подвижная игра «Караси и щуки». С.Ю. Федорова страница 69, занятие 52						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 69, занятие 10							
III	Расчет на 1-й, 2-й, 3-й. перестроение из одной шеренги в две, три	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагиванием предметов (п)	Бег со средней скоростью (расстояние 80-120 м) в чередовании с ходьбой (п)	Ходьба по гимнастической скамейке, высоко поднимая ногу вперед, выполняя хлопок под ногой, соскок на мягкое покрытие (п)	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед (10 прыжков) (п)	Метание мяча на дальность правой и левой рукой (с)	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги выпрямлены) с мешочком на спине (у)
	Общеразвивающие упражнения (в парах) страница 65 С.Ю. Федорова страница 70, занятие 54						
	Подвижная игра «Ключи». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовай, Т.С. Комаровой страница 73, занятие 1						

Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 73, занятие 3				
IV	Размыкание, смыкание вправо, влево, приставным шагом	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагиванием предметов (с)	Бег со средней скоростью (расстояние 80-120 м) в чередовании с ходьбой (с)	Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед (10 прыжков) (к) Метание мяча на дальность правой и левой рукой (к) Ползание на четвереньках с прокатыванием набивного мяча головой (к)
Общеразвивающие упражнения (в парах) страница 65 С.Ю. Федорова страница 71, занятие 56				
Подвижная игра «Веселый бубен». С.Ю. Федорова страница 71, занятие 56				
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 78, занятие 9				

Неделя	Задачи	Апрель					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Перестроение из одной колонны в две	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом (п)	Бег со скакалкой, мячом, по доске, бревну (п)	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; по команде присесть встать (10-12 раз), подбрасывание мешочка и ловля одной рукой (10 раз) (у)	Прыжки в длину с места, с разбега (с)	Метание в движущуюся цель (п)	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине (п)
	Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 72 С.Ю. Федорова страница 74, занятие 57						
	Подвижная игра «Веселый бубен». С.Ю. Федорова страница 74, занятие 57						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 82, занятие 15							
	Повороты направо, налево прыжком на месте	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком (у)	Бег в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа (у)	Ходьба по гимнастическому буму на носках, на середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие (у)	Прыжки с высоты (п)	Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя) (у)	Проползание по гимнастической скамейке на четвереньках (ноги прямые) с мешочком на спине (с)
	Общеразвивающие упражнения (с гимнастической палкой) страница 72 С.Ю. Федорова страница 75, занятие 58						
	Подвижная игра «Охотники и утки». С.Ю. Федорова страница 75, занятие 58						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 84, занятие 18							
III	Расчет на 1-й, 2-й, перестро	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и	Бег со скакалкой, мячом, по доске, бревну (с)	Ходьба по гимнастическому буму на носках, на	Прыжки в длину с места, с разбега (с)	Метание в движущуюся цель (с)	Лазание по гимнастической стенке с использовани

	ение в две шеренги	поворотом кругом (с)		середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие (П)			ем перекрестног о и одновременн ого движения рук и ног (у)
Общеразвивающие упражнения (с длинной веревкой) страница 73 С.Ю. Федорова страница 78, занятие 63							
Подвижная игра «Посадка картофеля». С.Ю. Федорова страница 78, занятие 63							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 86, занятие 21							
IV	Перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом (к)	Бег со скалкой, мячом, по доске, бревну (с)	Прыжки в длину с места, с разбега (к)	Метание в движущуюся цель (к)	Лазанье по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одновременного движения рук и ног (п)	
Общеразвивающие упражнения (с длинной веревкой) страница 73 С.Ю. Федорова страница 78, занятие 64							
Подвижная игра «Посадка картофеля». С.Ю. Федорова страница 78, занятие 63							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 88, занятие 24							

Неделя	Задачи	Май					
I		Основные виды движений					
		Ходьба	Бег	Упражнение на равновесие	Прыжки	Метание, катание	Лазание, ползание
	Самостоятельное построение в круг	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком (п)	Бег в чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа (с)	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить ласточку (к)	Прыжки с высоты (с)	Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя) (п)	Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали (у)
	Общеразвивающие упражнения (с кубиком) страница 79 С.Ю. Федорова страница 81, занятие 65						
	Подвижная игра «Совушка». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 89, занятие 25						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница 90, занятие 27							
II	Перестроение из шеренги в колонну по диагонали	Кружение с закрытыми глазами (у)	Бег на скорость (у)	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить ласточку (п)	Прыжки через длинную скакалку (неподвижную, качающуюся, вращающуюся) (п)	Метание в горизонтальную и вертикальную цель (с)	Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали (п)
Общеразвивающие упражнения (с кубиком) страница 79 С.Ю. Федорова страница 83, занятие 67							
Подвижная игра (с бегом) «Воробы и кошка». Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой страница							

92, занятие 31							
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербоной, Т.С. Комаровой страница 92, занятие 30							
III	Перестроение из одной колонны в три движения	Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке прямо и боком (с)	Бег в чередовании с ходьбой, прыжками, изменением темпа (с)	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить ласточку (с)	Прыжки с высоты (с)	Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя) (к)	Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали (с)
	Общеразвивающие упражнения (с малым мячом) страница 80 С.Ю. Федорова страница 84, занятие 69						
	Подвижная игра «Охотники и утки». С.Ю. Федорова страница 84, занятие 69						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербоной, Т.С. Комаровой страница 93, занятие 33							
IV	Размыкание из колонны приставным шагом вправо, влево	Кружение с закрытыми глазами (к)	Бег на скорость (к)	Ходьба по гимнастическому буму, на середине выполнить ласточку (с)	Прыжки через длинную скакалку (неподвижную, качающуюся, вращающуюся) (п)	Метание в горизонтальную и вертикальную цель (к) Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет по диагонали (к)	
	Общеразвивающие упражнения (с малым мячом) страница 80 С.Ю. Федорова страница 84, занятие 70						
	Подвижная игра «Охотники и утки». С.Ю. Федорова страница 84, занятие 69						
Занятие на улице; Физическое воспитание детей 2-7 лет развернутое перспективное планирование по программе М.А. Васильевой, В.В. Гербоной, Т.С. Комаровой страница 96, занятие 36							