

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 72 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад № 72  
Приморского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 31.08.2022 № 1

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом заведующего  
ГБДОУ детский сад № 72  
Приморского района Санкт-Петербурга  
от 31.08.2022 № 55 п.2-ОД

**Рабочая программа инструктора по физической культуре  
ГБДОУ детский сад № 72  
Приморского района Санкт-Петербурга  
на 2022 – 2023 учебный год**

Программа реализуется  
инструктором по физической культуре:  
Янтюриной Д.Т.

г. Санкт – Петербург  
2022 г.

# Содержание

## 1. Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка	
1.1.1. Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)	3
1.1.2. Цель	3
1.1.3. Задачи	3
1.1.4. Цель программы, формируемой участниками образовательных отношений	4
1.1.5. Задачи педагогической технологии	4
1.1.6. Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.1.7. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)	6
1.1.8. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	14
1.1.9. Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы	20
1.1.10. Целевые ориентиры освоения старшими воспитанниками технологии «Выразительное движение»	21
1.2. Система оценки результатов освоения программы	22

## 2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с детьми	23
2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей	31
2.3. Перспективное планирование физкультурных занятий	36
2.4. Перспективный план по технологии «Выразительное движение»	53
2.5. План спортивных праздников и физкультурных досугов на 2022-2023 год	68
2.6. Организация и формы работы с воспитателями	68
2.7. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	69

## 3. Организационный раздел рабочей программы

3.1. Организация жизни детей	70
3.2. Организация непрерывной образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников	70
3.2.1. Режим двигательной активности	70
3.3. Расписание непрерывной образовательной деятельности «Физическая культура» на 2022 – 2023г	72
3.4. Система педагогической диагностики (мониторинга)	74
3.5. Материально техническое оснащение	74
3.6. Обогащение Развивающей предметно – пространственной среды	75
3.7. Методическое обеспечение образовательной деятельности	75
3.8. Летний оздоровительный период	76

# 1. Целевой раздел рабочей программы

## 1.1. Пояснительная записка

<b>1.1.1. Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</b>	<p>Настоящая рабочая программа (далее – Программа) разработана в соответствии с Образовательной программой Государственного бюджетного образовательного учреждения детского сада № 72 Приморского района Санкт-Петербурга, а также в соответствии с:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</li><li>2. Приказ Минобрнауки от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;</li><li>3. Комментарии Минобрнауки России к ФГОС ДО от 28.02.2014г. № 08-249;</li><li>4. Санитарными нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года №2;</li><li>5. Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года №28;</li><li>6. Образовательная программа ГБДОУ детский сад № 72 Приморского района Санкт-Петербурга;</li></ol> <p>Программа разработана с учетом педагогических технологий: Технология «Выразительное движение»</p> <p>Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей всех возрастов и направлена на создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.</p>
<b>1.1.2. Цель</b>	<p>Проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.</p> <p>Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, развитие физических качеств и гармоничное физическое развитие.</p>
<b>1.1.3. Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Физическая культура</u></li> <li>• укрепление и сохранение физического и психического здоровья каждого ребенка, их физического развития и эмоционального благополучия;</li> <li>• повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.</li> <li>• обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений,</li> <li>• воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.</li> <li>• формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.</li> <li>• развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.</li> <li>• развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.</li> <li>• формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность.</li> <li>• оказание педагогической поддержки для сохранения и развития индивидуальности каждого воспитанника.</li> <li>• взаимодействие с семьей в рамках осуществления полноценного развития ребенка.</li> </ul>
<p><b>1.1.4. Цель программы, формируемой участниками образовательных отношений</b></p>	<p>Программа разработана с учетом технологии «Выразительное движение»</p> <p><u>Цель:</u> Содействие гармоничному развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.</p>
<p><b>1.1.5. Задачи педагогической технологии</b></p>	<p>Задачи:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Укрепление здоровья: <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку;</li> <li>- содействовать профилактике плоскостопия;</li> <li>- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма.</li> </ul> </li> <li>2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников: <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;</li> <li>- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;</li> <li>- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;</li> <li>- развивать ручную умелость и мелкую моторику.</li> </ul> </li> <li>3. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся: <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать мышление, воображение, находчивость и</li> </ul> </li> </ol>

	<p>познавательную активность, расширять кругозор; -  формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;  - воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях;  - развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.</p>
<p><b>1.1.6.  Принципы и подходы к формированию рабочей программы</b></p>	<p>Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и компетенций. В ней комплексно представлены все основные содержательные линии воспитания и образования ребенка.</p> <p>Программа построена на следующих принципах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поддержка разнообразия детства. В соответствии с данным принципом образовательная деятельность выстраивается с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения;</li> <li>• сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития;</li> <li>• позитивная социализация ребенка предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире;</li> <li>• лично-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ГБДОУ) и детей;</li> <li>• содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;</li> <li>• сотрудничество Организации с семьей;</li> <li>• сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей;</li> <li>• индивидуализация дошкольного образования предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возраст-психологические особенности;</li> <li>• возрастная адекватность образования. В соответствии с данным принципом педагог подбирает содержания и методы дошкольного образования учитывая возрастные особенности детей;</li> <li>• развивающее вариативное образование;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей;</li> <li>• инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей рабочей программы. Образовательная деятельность осуществляется в различных видах детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной активности, чтения в процессе совместной и самостоятельной деятельности детей, включая взаимодействие с семьей и социумом по реализации основной образовательной программы дошкольного учреждения.</li> </ul>
<p><b>1.1.7. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей (по возрастам)</b></p>	<p><b>Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)</b></p> <p>На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление.</p> <p>Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами.</p> <p>Развиваются соотносящие и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.</p> <p>В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает.</p> <p>Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.</p> <p>Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов.</p> <p>К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.</p> <p>Игра носит процессуальный характер, главное в ней – действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности.</p> <p>В середине третьего года жизни появляются действия с предметами заместителями. Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой либо предмет. Типичным является изображение человека в виде</p>

«головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом.

Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

#### **Младшая группа (3-4 года)**

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры являются действия с игрушками и предметами – заместителями. Продолжительность игры небольшая. Дети ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами начинают только формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети могут уже использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Дети способны под руководством взрослого вылепить простые предметы. Аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

Развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов – индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам – культурно – выработанным средствам восприятия. К концу этого возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно – действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В этом возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями.

Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться так же их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. Происходит

разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т.д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие,

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмические структуры речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный

характер, а при общении с взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» - зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут

заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд - по возрастанию или убыванию - до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно - логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т. д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

#### **Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)**

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, трудоустройство и т.д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Исполнение роли акцентируется не только самой

ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т.п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.п. часто встречаются и бытовые сюжеты: мама, дочка, комната и т.д.

Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у дошкольников формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности.

К подготовительной школе группе дети в значительной степени осваивают конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки.

Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и о условиях.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не про сто доступен детям – он важен для углубления их пространственных представлений.

Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации.

	<p>Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и СМИ приводящими к стереотипности детских образов.</p> <p>Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.</p> <p>У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующийся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.</p> <p>В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые формы монологической речи.</p> <p>В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.</p> <p>К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.</p>
--	---

### 1.1.8. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

#### Общие сведения о младшей группе № 1

▪ **Численность и состав воспитанников на 01.09.2022 г.:**

возрастной состав группы: дети от 2-3 лет, из них: 16 мальчиков, 13 девочек, всего: 29 человек.

▪ **Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

▪ **Социальный статус и демографические особенности семей:**

Дети из полных семей	Дети из неполных семей	Состав семьи			Дети из многодетных семей	Дети из семей, требующих особого внимания	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Дети из русскоязычных семей	Иной язык (родной)
		1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье						
27	2	13	11	5	5	-	-	-	29	-

▪ **Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т. ч. военнослужащие	Предприниматели	Неработающие	Образование				
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее
Отцы	5	15	2	5	2	2	7	1	15
Матери	4	19	-	6	-	2	7	1	19

- Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей воспитанников группы

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергики)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровод. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
					-	-

#### Общие сведения о младшей группе

- Численность и состав воспитанников на 01.09.2022 г.:**

возрастной состав группы: дети от 3-4 лет, из них: 17 мальчиков, 16 девочек, всего: 33 воспитанника.

- Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

- Социальный статус и демографические особенности семей:**

Дети из полных семей	Дети из неполных семей	Состав семьи				Дети из многодетных семей	Дети из семей, требующих особого внимания	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Дети из русскоязычных семей	Иной язык (родной)
		1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье	4-ий ребёнок в семье						
32	1	16	12	4	1	5	-	-	-	33	-

- Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т.ч. военслуж.	Предприниматели	Неработающие	Образование				
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее
Отцы	12	14	2	4	1	4	5	4	18
Матери	5	12	2	14	1	3	4	1	24

- Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей воспитанников группы

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергики)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровод. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
				1 аллергик	-	-

#### Общие сведения о средней группе № 1

- Численность и состав воспитанников на 01.09.2022 г.:**

возрастной состав группы: дети от 4-5 лет, из них: 21 мальчиков, 11 девочек, всего: 32 человек.

- Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

▪ **Социальный статус и демографические особенности семей:**

Дети из полных семей	Дети из неполных семей	Состав семьи				Дети из многодетных семей	Дети из семей, требующих особого внимания	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Дети из русскоязычных семей	Иной язык (родой)
		1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье	4-ий ребёнок в семье						
29	3	15	11	6	-	7	1	-	-	31	1

▪ **Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т. ч. военнослуж.	Предприниматели	Неработающие	Образование				
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее
Отцы	5	19	0	5	1	4	5	0	19
Матери	1	19	1	11	2	9	0	1	15

▪ **Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей воспитанников группы**

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергии)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровожд. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
3	5	21	1	1 аллергик	-	-

**Общие сведения о средней группе № 2**

▪ **Численность и состав воспитанников на 01.09.2022 г.:**

возрастной состав группы: дети от 4-5 лет, из них: 10 мальчиков, 22 девочки, всего: 32 человек.

▪ **Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

▪ **Социальный статус и демографические особенности семей:**

Дети из полных семей	Дети из неполных семей	Состав семьи				Дети из многодетных семей	Дети из семей, требующих особого внимания	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Дети из русскоязычных семей	Иной язык (родой)
		1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье	4-ий ребёнок в семье						
25	4	19	10	3	-	3	-	-	-	32	-

▪ **Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т. ч. военнослуж.	Предприниматели	Неработающие	Образование				
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее
Отцы	23	1	3	2	0	5	6	0	18
Матери	18	8	0	6	0	3	5	0	24

ри									
----	--	--	--	--	--	--	--	--	--

▪ Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей воспитанников группы

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергии)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровожд. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
					-	-

### Общие сведения о средней группе № 3

▪ Численность и состав воспитанников на 01.09.2022 г.:

возрастной состав группы:

- дети от 3-4 лет, из них: 7- мальчиков, 6- девочек, всего: 13 человека.

- дети 4-5 лет, из них: 7 мальчиков, 5 девочек, всего 12 человек.

▪ **Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

▪ Социальный статус и демографические особенности семей:

Дети из полных семей	Дети из неполных семей	Состав семьи				Дети из многодетных семей	Дети из семей, требующих особого внимания	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Дети из русскоязычных семей	Иной язык (родной)
		1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье	4-ий ребёнок в семье						
24	1					4	-	-	-	23	2

▪ **Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т.ч. военнослужа.	Предприниматели	Неработающие	Образование					
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее	
Отцы										
Матери										

▪ Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей воспитанников группы

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергии)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровожд. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
					-	-

### Общие сведения о старшей группе

#### Комплектование старшей группы на 01.09.2022 г.

Старшую группу посещают на 01.09.2022 г 29 воспитанников в возрасте от 5 - 6 лет, из них 11 мальчиков, 18 девочек.

▪ **Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

▪ Социальный статус и демографические особенности семей:

Дети	Дети	Состав семьи		Дети из	Дети из	Дети-	Опекае	Дети из	Иной
------	------	--------------	--	---------	---------	-------	--------	---------	------

из полных семей	из неполных семей	1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье	4-ий ребёнок в семье	многодетных семей	семей, требующих особого внимания	инвалиды	малы дети	русскоязычных семей	язык (родной)
29	0	19	6	5	-	5	-	-	-	27	2

▪ **Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т.ч. военслуж.	Предприниматели	Неработающие	Образование				
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее
Отцы	6	20	2	1	0	0	8	3	18
Матери	5	18	1	5	0	0	6	1	22

▪ **Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей воспитанников группы**

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергии)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровожд. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
					-	-

**Общие сведения о подготовительной группе №1**

**Комплектование подготовительной группы № 1 на 01.09.2022 г.**

Возрастную группу посещают на 01.09.2023 г 18 воспитанников в возрасте от 5 - 6 лет, из них 5 мальчиков и 13 девочек; 8 воспитанников в возрасте от 6-7 лет, из них 6 мальчиков и 2 девочки

▪ **Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

▪ **Социальный статус и демографические особенности семей:**

Дети из полных семей	Дети из неполных семей	Состав семьи				Дети из многодетных семей	Дети из семей, требующих особого внимания	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Дети из русскоязычных семей	Иной язык (родной)
		1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье	4-ий ребёнок в семье						
25	1	14	12	0	-	2	-	-	-	25	1

▪ **Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т.ч. военслуж.	Предприниматели	Неработающие	Образование				
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее
Отцы	8	13	1	4	1	0	5	4	16
Матери	3	15	0	8	1	0	2	1	22

▪ **Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей**

**воспитанников группы**

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергии)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровод. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
					-	-

**Общие сведения о подготовительной группе № 2  
Комплектование подготовительной группы № 1 на 01.09.2022 г.**

▪ **Численность и состав воспитанников на 01.09.2022г.:**

возрастной состав группы: дети от 6-7 лет, из них: 10 мальчиков, 16 девочек, всего: 26 человек.

▪ **Контингент, социальный и образовательный статус семей воспитанников:**

▪ **Социальный статус и демографические особенности семей:**

Дети из полных семей	Дети из неполных семей	Состав семьи				Дети из многодетных семей	Дети из семей, требующих особого внимания	Дети-инвалиды	Опекаемые дети	Дети из русскоязычных семей	Иной язык (родной)
		1-ый ребёнок в семье	2-ой ребёнок в семье	3-ий ребёнок в семье	4-ий ребёнок в семье						
26	0	10	15	1	-	4	-	-	-	25	1

▪ **Сведения о родителях:**

	Рабочие	Служащие, в т.ч. военслуж.	Предприниматели	Неработающие	Образование				
					Неполное среднее (8-9 классы)	Среднее общее (10-11 классы)	Среднее профессиональное	Незаконченное высшее	Высшее
Отцы	18	8	0	8	0	0	9	2	14
Матери	7	11	0	3	0	0	5	1	21

▪ **Показатели состояния здоровья, а также особых образовательных потребностей**

**воспитанников группы**

ЧБД. Число часто болеющие дети	Дети по группам здоровья			Число детей с хроническими заболеваниями (в т.ч. аллергии)	Число детей с ОВЗ	Число детей, нуждающихся в психолого-педаг. сопровод. (выписка ПМПК)
	1 гр.	2 гр.	3 гр.			
-	4	21	1	1	-	-

Рабочая программа инструктора по физической культуре реализуется в тесном контакте с семьями воспитанников.

При планировании работы с семьями воспитанников (консультации, беседы, родительские собрания и др.), а также по привлечению родителей к совместной деятельности учитывается уровень образования и опыт воспитания детей в семьях (1-ый, 2-ой, 3-ий и др. ребенок в семье, наличие близких родственников, участвующих в воспитании детей).

<p><b>1.1.9.Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы</b></p>	<p><b>К концу года дети 3 – 4 лет могут:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя; остановиться, присесть, повернуться.</li> <li>• Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, соблюдать темп бега в соответствии с указанием воспитателя.</li> <li>• Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.</li> <li>• Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.</li> <li>• Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.</li> <li>• Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2 – 3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.</li> <li>• Уметь выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.</li> </ul> <p><b>К концу года дети 4 – 5 лет могут:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений;</li> <li>• Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками;</li> <li>• Принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.;</li> <li>• Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд;</li> <li>• Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;</li> <li>• Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;</li> <li>• Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м);</li> <li>• Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься на горку;</li> <li>• Кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо и налево;</li> <li>• Ориентироваться в пространстве, находить правую и левую сторону;</li> <li>• Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения;</li> <li>• Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.</li> </ul> <p><b>К концу года дети 5 – 6 лет могут:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.</li> <li>• Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5м) с изменением темпа.</li> <li>• Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не</li> </ul>
--	--

	<p>менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см); прыгать через короткую скакалку.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 7 – 8 метров, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м), владеть школой мяча.</li> <li>• Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.</li> <li>• Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.</li> <li>• Знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.</li> <li>• Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задания</li> <li>• Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать за лыжами.</li> <li>• Кататься на самокате.</li> <li>• Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.</li> <li>• Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения, демонстрируя красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.</li> </ul> <p><b>К концу года дети 6 – 7 лет могут:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);</li> <li>• Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.</li> <li>• Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 – 5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 12 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча.</li> <li>• Перестраиваться в 3 – 4 колонны, в 2 – 3 круга на ходу, в две шеренге после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.</li> <li>• Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.</li> <li>• Сохранять правильную осанку.</li> <li>• Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.</li> <li>• Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис).</li> <li>• Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.</li> </ul>
<p><b>1.1.10. Целевые ориентиры освоения старшими воспитанниками технологии</b></p>	<p>Выполняют ритмические танцы и комплексы упражнений.  Овладевают навыками ритмической ходьбы.  Умеют хлопать и топать в такт музыки.  Выполняют простейшие построения и перестроения.  Владеют навыками по различным видам передвижений по залу.  Приобретают определенный запас движений в общеразвивающих и</p>

«Выразительное движение»	танцевальных упражнениях. Ориентируются в пространстве: самостоятельно находят место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов; Исполняют знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку; Самостоятельно начинают и заканчивают движение в соответствии с началом и концом музыки; Воспитанники знают: Назначение спортивного зала и правила поведения в нём; Правила подвижных игр. Основные танцевальные позиции рук и ног; Понятия: круг, шеренга, колонна.
Срок реализации рабочей программы	(1 Сентября 2022 – 31 мая 2023года, летний оздоровительный период 01.06.2023 – 15.07.2023) 1 учебный год

## 1.2. Система оценки результатов освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО, 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.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

В процессе мониторинга исследуются физические, личностные и интеллектуальные качества ребенка.

## 2. Содержательный раздел рабочей программы

### 2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Связь с другими 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.

**Социально-коммуникативное развитие.** Развитие игрового опыта совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждение к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развитие умения четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развитие коммуникативных способностей.

При общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

**Познавательное развитие.** Обогащение знания о двигательных режимах, видах спорта.

Развитие интереса к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формирование представлений о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

**Речевое развитие.** Обогащение активного словаря на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развитие звуковой и интонационной культуры речи в подвижных и малоподвижных играх.

**Художественно-эстетическое развитие.** Обогащение музыкального репертуара детскими песнями мелодиями. Развитие музыкально-ритмических способностей детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

**Физическое развитие.** Развитие физических способностей детей: быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Формирование понятия о физической красоте тела: прямая спина, подтянутый живот и т.д.

Направление развития	Описание образовательных областей (направление развития дошкольников) в соответствии с ФГОГС ДО (п. 2.6.)	Содержание в контексте с Образовательной программой ДОУ
Образовательная область «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,	<b>1-я младшая группа (от 2 до 3 лет)</b> Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с

	<p>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.)».</p> <p>Основные цели и задачи</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.</p> <p>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.</p> <p>Формирование потребности в ежедневной двигательной</p>	<p>указанием педагога.</p> <p>Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).</p> <p>Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p> <p>Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.</p> <p>Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).</p> <p>Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).</p> <p><b>Младшая группа (от 3 до 4 лет)</b></p> <p>Продолжать развивать разнообразные виды движений.</p> <p>Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.</p> <p>Приучать действовать совместно.</p> <p>Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.</p> <p>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; метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.</p> <p>Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.</p> <p>Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.</p>
--	---	--

	<p>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. Содержание психологопедагогической работы</p>	<p>Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.</p> <p>Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p>Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.</p> <p>Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.</p> <p>Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.</p> <p>Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.</p> <p><b>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</b></p> <p>Формировать правильную осанку.</p> <p>Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <p>Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.</p> <p>Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).</p> <p>Учить 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 учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.</p> <p>Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его</p>
--	---	--

		<p>кистями рук (не прижимая к груди).  Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.  Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.  Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.  Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.  Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.  Подвижные игры. 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.</p> <p><b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b></p> <p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.  Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.  Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.  Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.  Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.  Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.  Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.  Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой</p>
--	--	---

		<p>рукой на месте и вести при ходьбе.</p> <p>Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.</p> <p>Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.</p> <p>Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p> <p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.</p> <p>Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.</p> <p>Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Учить спортивным играм и упражнениям.</p> <p><b>Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)</b></p> <p>Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p>Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.</p> <p>Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.</p> <p>Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.</p> <p>Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.</p> <p>Добиваться активного движения кисти руки при броске.</p> <p>Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.</p> <p>Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять</p>
--	--	--

		<p>упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.</p> <p>Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p>Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.</p> <p>Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.</p> <p>Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.</p> <p>Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.</p> <p>Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.</p> <p>Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p> <p>Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.</p> <p>Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявлять творческие способности.</p> <p>Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол,</p>
<p><b>Формирование начальных представлений</b></p>		<p><b>1-я младшая группа (от 2 до 3 лет)</b></p> <p>Формировать у детей представления о</p>

<p><b>й о здоровом образе жизни</b></p>		<p>значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.</p> <p><b>Младшая группа (от 3 до 4 лет)</b></p> <p>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.</p> <p>Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.</p> <p>Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.</p> <p>Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.</p> <p>Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.</p> <p><b>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</b></p> <p>Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.</p> <p>Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).</p> <p>Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.</p> <p>Формировать представление о</p>
---	--	--

		<p>необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.</p> <p>Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».</p> <p>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»).</p> <p>Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.</p> <p>Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека.</p> <p>Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.</p> <p><b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b></p> <p>Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).</p> <p>Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.</p> <p>Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.</p> <p>Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.</p> <p>Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и</p>
--	--	---

		<p>поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.</p> <p>Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.</p> <p>Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.</p> <p>Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.</p> <p><b>Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)</b></p> <p>Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).</p> <p>Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.</p> <p>Формировать представления об активном отдыхе.</p> <p>Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.</p> <p>Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.</p>
--	--	--

## 2.2. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей

Важнейшим условием реализации программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять ребенку радость, а образовательные ситуации должны быть увлекательными.

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

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой, самостоятельная двигательная активность воспитанников и активный двигательный отдых, создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

Кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, составляется модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную. Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.

2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.

3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.

4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.

5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.

6. Вся физкультурно– оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей.

Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье. Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

### Трехчастная модель образовательного процесса

I. Совместная деятельность взрослого и ребенка	II. Самостоятельная деятельность детей	III. Взаимодействие с семьей
Непрерывная образовательная деятельность	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов	Индивидуальная работа с детьми
Детские виды деятельности с использованием разнообразных форм и методов работы.	Предметы, объекты окружающего мира, стимулирующие игровую, двигательную, познавательную, исследовательскую, изобразительную, музыкальную и коммуникативную активность детей.	- Психолого-педагогическое просвещение. - Сотрудничество. - Непосредственное вовлечение родителей в образовательную деятельность, в том числе посредством создания совместных образовательных проектов.

Совместная образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно в зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач.

### Формы организации деятельности

№	Формы занятий	Задачи занятия	Особенности построения занятия
1	<b>Традиционный тип</b>	Ознакомление с новым программным материалом	Обучение спортивным играм и упражнениям, знакомство с правилами, содержанием, техникой различных видов движений.
2	<b>Смешанного характера</b>	Разучивание новых и совершенствование освоенных ранее.	Организация дифференцированного обучения с учетом здоровья детей, двигательной активности, уровня освоения двигательных навыков.
	<b>Вариативного характера</b>	Формирование двигательного воображения	На знакомом материала, но с включением усложненных вариантов двигательных заданий.
3	<b>Занятие тренировочного типа</b>	Направленно на развитие двигательных и функциональных возможностей детей.	Включает большое количество циклических, музыкально-ритмических движений, элементы акробатики, дифференцированные двигательные задания на развитие скорости реакции, ловкости и выносливости.
4	<b>Игровое занятие</b>	Направленно на формирование двигательного воображения.	Построено на основе разнообразных подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов.

5	<b>Сюжетно-игровое занятие</b>	Направленно на формирование двигательного опыта ребенка, приобретение знаний, умений, навыков из окружающего мира (включать задачи по развитию речи, ориентировки в окружающем пространстве, обучению счету и др.)	Занятие содержит целостную сюжетно-игровую ситуацию, отражающую в условной форме окружающий мир ребенка. Состоит из разнообразных имитационных движений и упражнений обще развивающего воздействия («Цирк», «Спортсмены», «Зоопарк», «Рыбаки»).
6	<b>Занятие с использованием тренажеров и спортивных комплексов</b>	Направленно на приобретение определенных двигательных умений и навыков, на обучение самостоятельного пользования тренажерами, овладение приемами страховки.	Занятие включает разнообразные упражнения: висы, лазание по гимнастической стенке, канату, шесту, веревочной лестнице, упражнения с эспандерами, гантелями, на дисках здоровья и др.
7	<b>Занятия ритмической гимнастикой</b>	Направленно на развитие и совершенствование музыкально-эстетических чувств, развитие эмоциональной сферы ребенка.	Проводится под музыкальное сопровождение с включением разных видов ходьбы, бега, прыжков, танцевальных движений. Разучивание движений на этих занятиях не проводится. Материал должен быть знаком детям.
8	<b>Занятие по интересам</b>	Направленно на развитие двигательных способностей, формирование индивидуальности, развитие творчества, инициативности и самостоятельности в выборе рода занятий в физкультурно- предметной среде	Детям предоставляется возможность самостоятельного выбора движений с предлагаемыми пособиями. Зал разбит на зоны, где расположены разные физкультурные пособия. Воспитатель предлагает по желанию выбрать любую зону и выполнить произвольные движения с пособиями. Через определенное время дети меняются зонами.
9	<b>Тематическое занятие</b>	Направленно на освоение хорошего качества выполнения одного вида физкультурного упражнения.	Посвящено одному виду физкультурного упражнения: лыжам, элементам игры в теннис, в баскетбол и др. Отрабатывается физическое упражнение, умение пользоваться оборудованием
10	<b>Занятие комплексного характера</b>	Синтезирование разных видов деятельности	Проводится в форме игровых упражнений, с включением задач из разных разделов программы.
11	<b>Контрольно-проверочное занятие</b>	Направленно на выявление количественных и качественных результатов в основных видах	Участвуют воспитатели и методист. Составляются «Протоколы оценки физических качеств и двигательной

		движений и в развитии физических качеств	подготовленности детей» с учетом коэффициента двигательного развития каждого ребенка. Проводится 3-4 раза в год. Можно проводить в виде соревнований или спартакиад
12	<b>Занятие «Забочусь о своем здоровье»</b>	Направленно на приобщение к ценностям здорового образа жизни, получение представления о своем теле и своих физических возможностях	Обучение приемам расслабления, аутотренингу, самомассажу, проведению закаливающих и гигиенических процедур, оказанию медицинской помощи.
13	<b>Занятие-соревнование</b>	Направленно на развитие инициативности, самовыражения, уверенности в своих силах, опирающиеся на разнообразный моторный опыт.	Две команды в ходе различных эстафет выявляют победителей.

## 2.3 Перспективное планирование физкультурных занятий

### 1-я младшая группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
<b>Сентябрь</b>	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; ходьба и бег в колонне по одному; прокатывание мяча друг другу; ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.	1-2 недели – Детский сад» 3-ая неделя - «Машины» 4-ая неделя – «Веселый пешеход»	1. Прыжки на двух ногах на месте и вокруг предмета. 2. Ползание на четвереньках 3. Прокатывание мяча друг другу	«Бегите ко мне», «Догони мяч», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик»
<b>Октябрь</b>	Формировать умение ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; во время ходьбы и бега действовать по плану, развивать навык энергичного отталкивания мячей друг другу при прокатывании.	1-я неделя – «Осенние листочки» 2,4 – недели – «В лесу грибы да ягоды», 3-я неделя – «Урожай»	1. Прокатывание мяча в прямом направлении 2. Ползание на четвереньках (прямо, «змейкой» между предметами, под шнур) 3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	«Поезд», «У медведя во бору», «Бегите к флажку», «Мыши в кладовой»
<b>Ноябрь</b>	Закрепить навык ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках; прокатывании, бросании и ловле мяча; в равновесии на уменьшенной площади опоры.	1-я неделя – «Мы стараемся»(человек. Части тела) 2-я неделя - «Мы дружные» 3-я неделя - «Как у нас в квартире» 4-я неделя – «В гости к игрушкам»	1. Прыжки на двух ногах вокруг себя 2. Ловить мяч и бросать его обратно 3. Ползание под дугой (высота 50 см.)	«Мыши в кладовой», «Трамвай», «По ровненькой дорожке», «Найди свой домик»
<b>Декабрь</b>	Формировать умение ходить и бегать врассыпную с использованием всей	1 неделя – «Добрые слова»	1. Прыжки вокруг предмета 2. Подлезание под шнур	«Наседка и цыплята», «Поезд»,

	площадки; по кругу; между предметами, не задевая их. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе; упражнять в прокатывании мяча; подлезать под шнур и дугу, не задевая их.	2 неделя – «Герои сказок» 3-я неделя – «Цирковые медвежата» 4-я неделя - «Новый год»	3. Ходьба между двух веревочек 4. Прокатывание мяча друг другу из положения, сидя ноги врозь.	«Птичка и птенчики», «Воробышки и автомобиль»
<b>Январь</b>	Ознакомить детей с построением и ходьбой парами; упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, формировать умение мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча вокруг предмета; в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость; упражнения на внимание по сигналу; формировать умение сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры. Формировать умение выполнять правила в подвижных играх.	1-я неделя – «Зимняя зарядка» 2-я неделя - «Птички - невелички» 3-я неделя – «Зимушка - зима» 4-я неделя – «Лисичка - сестричка»	1. Прыжки 2. Прокатывание мяча вокруг предмета 3. Подлезание под дугу высотой 40-50 см. 4. Ходьба по ребристой доске	«Кролики», «Трамвай», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой цвет», «Мыши в кладовой»
<b>Февраль</b>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу. Формировать умение приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; формировать умение перебрасывать мячи через шнур; упражнять в подлезании на четвереньках; в равновесии по уменьшенной площади опоры. Закреплять навыки ходьбы	1-я неделя – Хотим расти здоровыми 2-я неделя – «Мы стройные» 3-я неделя – «Зайка спортом занимался» 4-я неделя – «Скоро праздник всех солдат»	1. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками 2. Прокатывание мяча друг другу в положении сидя, ноги скрестно 3. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками 4. Ползание на четвереньках «как жуки» (3-4 м) 5. Ходьба с перешагиванием через предметы	«Птички в гнздышке», «Воробышки и кот», «Найди свой цвет», «Кролики»

	переменным шагом (через рейки лестницы)			
<b>Март</b>	Формировать умение прыгать в длину с места; Упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную, развивать ловкость при прокатывании мяча, в ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча в даль 2-мя руками; упражнять в ползании по мату через туннель; в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке.	1-я неделя – «Мне утром мама» 2-я неделя – «Забавы с Матрешкой» 3-я неделя – по сюжету р.н. сказки «Колобок». 4-я неделя – «Петя Пегушок»	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через шнуры 2. Прыжки в длину с мячом 3. Бросание мяча вдаль двумя руками 4. Ползание по мату сквозь туннель до погремушки 5. Прыжки через «ручеек» с места (15см)	«Поезд», «Воробышки и кот», «Светит солнышко в окошко», «Наседка и цыплята»
<b>Апрель</b>	Формировать умение приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол; ходьбе и беге врассыпную; в колонне по одному; ходьбе по доске; ползании по мату под дугами. Формировать правильную осанку. Закреплять перепрыгивание через шнур; ползание по скамейке на ладонях и коленях. Формировать умение ходить приставным шагом	1-я неделя – «Бегут ручьи, кричат грачи» 2-я неделя – «Весна, весна на улице». 3-я неделя – «В гостях у солнышка» 4-я неделя – «Весенние месяцы»	1. Ползание по мату под дугой 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 3. Ходьба по доске, на середине перешагнуть через набивной мяч 4. Перепрыгивание через шнуры	«Курочка-хохлатка», «Найди свой цвет», «Мыши в кладовой», «Воробышки и автомобиль»
<b>Май</b>	Формировать умение мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в перепрыгивании через шнур; в ходьбе и беге врассыпную и нахождении	1-я неделя – «Первые цветочки у Кати во садочке». 2-я неделя – «Ежик» 3-я неделя – «Бабочки» 4-я неделя – «Гуси»	1. Перепрыгивание через шнуры 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 3. Прыжки в длину с места (расст 15 см) 4. Ходьба по доске, руки на пояс	«Мыши в кладовой», «Огуречик, огуречик» «Воробышки и кот», «Найди свой цвет»

	своего места в колонне; в ползании по скамейке на ладонях и коленях; переменным шагом.			
--	--	--	--	--

### Младшая группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
<b>Сентябрь</b>	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; ходьба и бег в колонне по одному; прокатывание мяча друг другу; ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.	1-2 недели – «Детский сад» 3-ая неделя - «Машины» 4-ая неделя –«Веселый пешеход»	1. Прыжки на двух ногах на месте и вокруг предмета. 2. Ползание на четвереньках 3. Прокатывание мяча друг другу	«Бегите ко мне», «Догони мяч», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик»
<b>Октябрь</b>	Формировать умение ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; во время ходьбы и бега действовать по плану, развивать навык энергичного отталкивания мячей друг другу при прокатывании.	1-я неделя –«Осенние листочки» 2,4 – недели –«В лесу грибы да ягоды», 3-я неделя – «Урожай»	1. Прокатывание мяча в прямом направлении 2. Ползание на четвереньках (прямо, «змейкой» между предметами, под шнур) 3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	«Поезд», «У медведя во бору», «Бегите к флажку», «Мыши в кладовой»
<b>Ноябрь</b>	Закрепить навык ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках из обруча в обруч; прокатывании, бросании и ловле мяча; в равновесии на уменьшенной	1-я неделя – «Мы стараемся»(человек. Части тела) 2-я неделя - «Мы дружные» 3-я неделя - «Как у нас в квартире» 4-я неделя – «В гости к	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 2. Ловить мяч и бросать его обратно 3. Ползание под дугой (высота 50 см.)	«Мыши в кладовой», «Трамвай», «По ровненькой дорожке», «Найди свой домик»

	площади опоры.	игрушкам»		
<b>Декабрь</b>	Формировать умение ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки; по кругу; между предметами, не задевая их. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча; подлезать под шнур и дугу, не задевая их.	1 неделя – «Добрые слова» 2 неделя – «Герои сказок» 3-я неделя – «Цирковые медвежата» 4-я неделя - «Новый год»	1. Прыжки со скамейки 2. Подлезание под шнур 3. Ходьба по скамейке со спрыгиванием в конце 4. Прокатывание мяча друг другу из положения, сидя ноги врозь.	«Наседка и цыплята», «Поезд», «Птичка и птенчики», «Воробышки и автомобиль»
<b>Январь</b>	Ознакомить детей с построением и ходьбой парами; упражнять в ходьбе и беге врассыпную, формировать умение мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча вокруг предмета; в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость; упражнения на внимание по сигналу; формировать умение сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры. Формировать умение выполнять правила в подвижных играх.	1-я неделя – «Зимняя зарядка» 2-я неделя - «Птички - невелички» 3-я неделя – «Зимушка - зима» 4-я неделя – «Лисичка - сестричка»	1. Прыжки со скамейки (высота 15 см) на полусогнутые ноги 2. Прокатывание мяча вокруг предмета 3. Подлезание под дугу высотой 40-50 см. 4. Ходьба по ребристой доске 5. Прыжки из обруча в обруч	«Кролики», «Трамвай», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой цвет», «Мыши в кладовой»
<b>Февраль</b>	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу. Формировать умение приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении. Упражнять в ходьбе с	1-я неделя – Хотим расти здоровыми 2-я неделя – «Мы стройные» 3-я неделя – «Зайка спортом занимался» 4-я неделя – «Скоро праздник всех солдат»	1. Перебрасывание мяча друг другу через шнур двумя руками 2. Прокатывание мяча друг другу в положении сидя, ноги скрестно 3. Подлезание под шнур,	«Птички в гнездышке», «Воробышки и кот», «Найди свой цвет», «Кролики»

	перешагиванием через предметы; формировать умение перебрасывать мячи через шнур; упражнять в подлезании на четвереньках; в равновесии по уменьшенной площади опоры. Закреплять навыки ходьбы переменным шагом (через рейки лестницы)		держат мяч впереди двумя руками 4. Ползание на четвереньках «как жуки» (3-4 м) 5. Ходьба с перешагиванием через предметы	
<b>Март</b>	Формировать умение прыгать в длину с места; правильному хвату за рейки лестницы при лазании. Упражнять в ходьбе парами, беге в рассыпную, развивать ловкость при прокатывании мяча, в ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча о землю и ловлю его двумя руками; упражнять в ползании по доске; в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке.	1-я неделя – «Мне утром мама» 2-я неделя – «Забавы с Матрешкой» 3-я неделя – по сюжету р.н. сказки «Колобок». 4-я неделя – «Петя Петушок»	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через шнуры 2. Прыжки в длину с мячом 3. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками 4. Ползание по гимнастической скамейке до погремушки 5. Лазание по наклонной лестнице 6. Прыжки через «ручеек» с места (30 см)	«Поезд», «Воробьишки и кот», «Светит солнышко в окошко», «Наседка и цыплята»
<b>Апрель</b>	Формировать умение приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; влезать на наклонную лестницу. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол; ходьбе и беге в рассыпную; в колонне по одному; ходьбе по доске; ползании по доске. Формировать правильную осанку. Закреплять	1-я неделя – «Бегут ручьи, кричат грачи» 2-я неделя – «Весна, весна на улице». 3-я неделя – «В гостях у солнышка» 4-я неделя – «Весенние месяцы»	1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на колени и ладони 2. Влезание на наклонную лесенку 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 4. Ходьба по доске, на середине перешагнуть через набивной мяч	«Курочка-хохлатка», «Найди свой цвет», «Мыши в кладовой», «Воробьишки и автомобиль»

	перепрыгивание через шнур; ползание по скамейке на ладонях и коленях. Формировать умение ходить приставным шагом		5. Перепрыгивание через шнуры	
<b>Май</b>	Формировать умение мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в перепрыгивании через шнур; в ходьбе и беге враспынную и нахождении своего места в колонне; в ползании по скамейке на ладонях и коленях; переменным шагом. Закреплять умение влезать на наклонную лесенку.	1-я неделя – «Первые цветочки у Кати во садочке». 2-я неделя – «Ежик» 3-я неделя – «Бабочки» 4-я неделя – «Гуси»	1. Перепрыгивание через шнуры 2. Влезание на наклонную лесенку 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 4. Прыжки в длину с места (расст. 15 см) 5. Ходьба по доске, руки на пояс	«Мыши в кладовой», «Огуречик, огуречик» «Воробышки и кот», «Найди свой цвет»

### Средняя группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
<b>Сентябрь</b>	Упражнять в ходьбе и беге к колонной, в энергичном отталкивании от пола двумя ногами. Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, подпрыгивать вверх энергично, подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками. Закрепить прокатывание мяча в прямом направлении, подлезание под шнур в группировке	1-я неделя – «Как у нас на грядке» 2-я неделя – «Листопад» 3-я неделя – «В лесу грибы да ягоды» 4-я неделя – «Птицы готовятся к полету»	1. Ходьба и бег между параллельными линиями 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча) 3. Подпрыгивание на месте на 2-х ногах «Достань до предмета» 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу. 5. Прокатывание мяча друг другу 2-мя руками	«Найди себе пару», «Пробеги тихо», «Огуречик, огуречик», «Подарки»

			6. Ходьба по скамейке с перешагиванием 7. Ходьба по ребристой доске	
<b>Октябрь</b>	Формировать умение сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; находить свое место при ходьбе и беге, развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. Упражнять в энергичном отталкивании от пола, в прокатывании мячей друг другу, развивать точность направления; в подлезании под дугу не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на 2-х ногах	1-я неделя - «В здоровом теле-здоровый дух» 2-я неделя - «Профессии» 3-я неделя –«Как у нас в квартире» 4-я неделя – « Мы дружные»	1.Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 2. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками 3. Подлезание под дугу 4. Ползание под шнур (40 см) с мячом в руках 5. Прокатывание мяча по дорожке 6. Ходьба по скамейке с перешагиванием	«Кот и мыши», «Цветные автомобили», «Совушка», «Огуречик», «Мы веселые ребята», «Карусель»
<b>Ноябрь</b>	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, бросании мяча о землю и ловле его 2-мя руками. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, в прыжках на двух ногах, в перебрасывании мяча и др.; ползать на животе по скамейке, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Ползать на четвереньках, следить за правильной осанкой, ходьба и бег между предметами, не задевая их	1-я неделя - «По дороге в детский сад» 2-я неделя - «Детский сад» 3-я неделя – «Транспорт» 4-я неделя – «Веселый пешеход»	1. Прыжки на двух ногах через шнур 2.Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расст. 1,5 м) 3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики 4. Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками, хват с боков 5.Прыжки через бруски 6. Прокатывание мячей между предметами, поставленными в одну линию 7. Ходьба по гимн.скамейке с поворотом на середине	«Самолеты», «Цветные автомобили», «Лиса в курятнике», «У ребят порядок», «Быстрее к своему флажку»
<b>Декабрь</b>	Формировать умение перестраиваться в	1-я неделя – «В лес	1.Прыжки со скамейки (20 см)	«Трамвай»,

	пары на месте. Упражнять в мягком приземлении при спрыгивании; закреплять умение прокатывать мяч, развивать глазомер, закреплять умение ловить мяч. Упражнять в ползании на четвереньках на повышенной опоре, закреплять навык нахождения своего места в колонне. Закреплять прыжки на 2-х ногах.	за елкой» 2-я неделя – «Елочка пушистая» 3-я неделя – «Цирк» 4-я неделя – «Новый год»	2.Прокатывание мячей между предметами 3.Ползание на четвереньках по гимн. скамейке, хват с боков 4. Перепрыгивание через кубики на 2-х ногах 5. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, выс. 25 см от пола 6. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах (2раза снизу)	«Карусели», «Поезд», «Птичка и птенчики», «Котята и щенята»
<b>Январь</b>	Упражнять в беге и ходьбе между предметами, закреплять умение отбивать мяч от пола; упражнять в ползании по скамейке на четвереньках. Ходьба со сменой ведущего с высоким подниманием колен. Закреплять умение подлезать под шнур, действовать по сигналу. Разучить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом на середине; упражнять в перешагивании через препятствия.	1-я неделя – «Веселые снежинки» 2-я неделя – «Льжники» 3-я неделя – «Бушует ветер» 4-я неделя – «В гости к снеговика»	1.Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками 2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него, слева и справа 3.Подлезание под шнур боком 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть 5. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах (2раза снизу) 6. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	«Найди себе пару», «самолеты», «Цветные автомобили», «Котята и щенята»
<b>Февраль</b>	Развивать умение быть инициативным, в подготовке и уборке мест занятий. Формировать умение ловить мяч двумя руками, в ходьбе и беге по кругу с изменением направления. Ходьба и бег	1-я неделя – «Мы сильные» 2-я неделя – «Здоровячек» 3-я неделя -	1.Прыжки через короткие шнуры (6-8 шт) 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы 3. Метание мешочков в вертикаль.	«У медведя во бору», «Воробушки и автомобиль», «Перелет птиц», «Кролики в огороде»

	по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закрепить упражнения в равновесии. Навык подлезания на четвереньках. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения.	«Вырасту как папа» 4-я неделя - «Праздник воинов отважных»	цель правой и левой рукой 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 5. Ходьба с перешагиванием через предметы 6. Ходьба и бег по наклонной доске	
<b>Март</b>	Формировать умение правильно занимать И.П. при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице. Упражнять в бросании через сетку, в ходьбе и беге по кругу, с выполнением задания, в прокатывании мяча вокруг предметов, в ползании на животе по скамейке, ходьбе и беге по наклонной доске. В перешагивании через предметы. Учить сознательно относиться к правилам игры.	1-я неделя – «Мамины помощники» 2-я неделя – «Веселые петрушки» 3-я неделя – «В гости к лисичке» 4-я неделя – «Забавы с Матрешкой»	1. Перебрасывание мяча через шнур (расст. до шнура 2м) 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 4. Лазание по наклонной лестнице 5. Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, руки на поясе с перешагиванием через предметы 6. Ходьба и бег по наклонной доске	«Бездомный заяц», «Подарки», «Охотники и зайцы», «Наседка и цыплята»
<b>Апрель</b>	Формировать умение энергично отталкиваться при прыжках в длину с места, замаху при метании мешочков на дальность, соблюдению дистанции во время передвижения и построения. Закреплять умение принимать правильное положение при прыжках в длину с места, в метании в горизонтальную цель, ползания на четвереньках, ходьбе по ограниченной площади опоры, на повышенной опоре. Развивать умение ходить и бегать со сменой ведущего. Повторить перебрасывание мяча друг другу.	1-я неделя – «Прилетели птицы» 2-я неделя – «Весна, весна на улице» 3-я неделя – «Бегут ручки» 4-я неделя – «В гостях у солнышка»	1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков на дальность 3. Метание мешочков в вертикаль, цель правой и левой рукой 4. Лазание по гимнастической стенке 5. Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, руки на поясе с перешагиванием через предметы 6. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях	«Совушка», «Воробушки и автомобиль», «Птички и кошки», «Котята и щенята»

<b>Май</b>	Формировать умение бегать и ходить со сменой ведущего, лазать по гимнастической стенке. Упражнять в прыжках в длину с места, перебрасывание мяча друг другу, метание правой и левой рукой на дальность, в верт. Цель, в ползании по скамейке на животе, в прыжках через скамейку в игре «Удочка»	1-я неделя – «Вот и лето наступило» 2-я неделя – «Птицы и насекомые» 3-я неделя – «На лесной полянке» 4-я неделя – «Бабочки»	1. Прыжки через скакалку 2. Метание правой и левой рукой на дальность 3. Метание мешочков в вертикаль. цель правой и левой рукой 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков 5. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше 6. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	«Котята и щенята», «У медведя во бору», «Зайцы и волк», «Подарки»
------------	--	---	---	--

**Старшая группа**

<b>Месяц</b>	<b>Задачи</b>	<b>Общеразвивающие упражнения</b>	<b>Основные виды движений</b>	<b>Подвижные игры</b>
<b>Сентябрь</b>	Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя ногами от пола взмах рук в прыжке с доставанием до предмета, подбрасывание мяча вверх, ходьбе с изменением тела, пролезание в обруч, не задевая края. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в рассыпную, в перебрасывании мяча, подбрасывании мяча двумя руками вверх. В ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением	1-я неделя – «Как – то вечером на грядке». 2-я неделя – «Осенние листочки» 3-я неделя – «В лесу» 4-я неделя – «Подготовка птиц к полету».	1. Бег в среднем темпе до 1 мин., чередование с ходьбой 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его после хлопка 4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове 5. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове 6. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	«Мышеловка», «Удочка», «Мы веселые ребята», «Найди свою пару»

	вперед.			
<b>Октябрь</b>	<p>Учить перестроению в колонну по два, ходьбе приставным шагом по гим. скамейке, повороту во время ходьбы по сигналу, делать поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами). Упражнять в беге до 1 мин., в перешагивании через шнуры и метанию мяча в цель, в равновесии и прыжках. Повторить пролезание в обруч боком, перебрасывании мяча друг другу, переползание через препятствия</p>	<p>1-я неделя – «Моя семья» 2-я неделя – «Наши имена» 3-я неделя – «Виды спорта» 4-я неделя – «Новоселье»</p>	<p>1. Прыжки на 2-х ногах через шнуры, прямо, боком 2. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывать друг другу двумя руками из-за головы 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой 4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола 5. Пролезание через три обруча (прямо, боком) 6. Ходьба по гимнастической скамейке на середине повернуться, присесть, перешагнуть через мяч</p>	<p>«Перелет птиц», «Удочка», «Гуси-гуси», «Ловишки», «Мы веселые ребята»</p>
<b>Ноябрь</b>	<p>Учить переключать мяч (мал.) из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Отрабатывать навыки ходьбы с высоким подниманием колен; бег враспынную. Перебрасывание мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу. Закреплять подлезание под шнур боком и прямо, ходьбу змейкой. Развивать ловкость и координацию движений.</p>	<p>1-я неделя – «Мы дружные» 2-я неделя – «Детский сад, детский сад! Очень много здесь ребят» 3-я неделя – «Мой город». 4-я неделя – «Друга за руку держи»</p>	<p>1. Ходьба по гим. скамейке с переключением мяча (мал.) из одной руки в другую 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями 3. Ведение мяча с продвижением вперед 4. Перебрасывание мяча 2-мя руками снизу, из-за головы. 5. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола 6. Игра «Волейбол» двумя руками.</p>	<p>«Пожарные учения», «Не оставайся на полу», «Удочка», «Ловишки с ленточками», «Найди свою пару», «Горелки»</p>

<b>Декабрь</b>	Учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по гимнастической стенке. Совершенствовать: бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий, ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловлю мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамейке на животе. Закреплять: равновесие в прыжке, бег враспынную и по кругу с поворотом в др. сторону.	1-я неделя – «Новый год – семейный праздник» 2-я неделя – «Новогоднее путешествие в зимний лес» 3-я неделя – «Герои сказок» 4-я неделя – «Веселые обезьянки»	1. Ходьба по наклонной доске. Закрепленной на гим. стенке, спуск по гим. стенке 2. Перебрасывание мяча 2-мя руками из-за головы, стоя на коленях 3. Прыжки на правой и левой ноге до обозначенного места 4. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками 5. Ходьба по гим. скамейке с мешочком на голове 6. Перебрасывание мяча друг другу 2-мя руками снизу с хлопком перед ловлей	«Кто скорей до флажка», «Охотники и зайцы», «Хитрая лиса», «Пятнашки», «Перебежки», «Удочка»
<b>Январь</b>	Учить лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо, ползать на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой, в пролезании в обруч и в равновесии, в ведении мяча в прямом направлении. Повторить и закрепить ходьбу по наклонной доске с мешочком на голове, следить за осанкой и устойчивым равновесием	1-я неделя – «Зима пришла» 2-я неделя – «Кто живет на Севере» 3-я неделя – «Птички - невелички» 4-я неделя – «Зимняя зарядка»	1. Ходьба по наклонной доске (выс. 40 см) 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками 3. Бросание мяча вверх двумя руками снизу друг другу 4. Пролезание в обруч 5. Лазание по гимн.стенке 6. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо	«Медведь и пчелы», «Совушка», «Хитрая лиса», «Ловишки с ленточками». «Пожарные на учения»
<b>Февраль</b>	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метание мячей в вертикальную цель, лазание по гим. стенке. Закрепить перепрыгивание	1-я неделя – «Хотим расти здоровыми» 2-я неделя – «Мы стройные»	1. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком 2. Забрасывание мяча в	«Космонавты», «Поймай палку», «Бег по расчету», «Не оставайся на

	через бруски, забрасывание мяча в корзину, навык энергичного отталкивания и приземление при прыжках в длину с места, подлезание под дугу и отбивание мяча о пол, подлезание под палку и перешагивание через нее.	3-я неделя – «В дружбе со спортом» 4-я неделя – «Скоро праздник всех солдат»	баскетбольное кольцо двумя руками 3.Метание мешочков в вертикальную цель 4. Прыжки на 2-х ногах через косички 5. Прыжки в длину с места 6. Прыжки с ноги на ногу между предметами	полу», «Догони мяч»
<b>Март</b>	Учить ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с поворотом в др. сторону на сигнал, в прыжках из обруча в обруч, в метании в цель. В ходьбе и беге между предметами, с перестроении в пары и обратно. Повторить ползание на четвереньках между предметами, подлезании под рейку, построение в три колонны.	1-я неделя – «Мне утром мама» 2-я неделя – «Веселые забавы с Матрешкой» 3-я неделя – «Любимые игрушки» 4-я неделя – «Мы Петрушки»	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом 2.Перебрасывание мячей с отскоком от пола 3. Прыжки в высоту с разбега (выс. 30 см) 4. Метание мешочков в горизонтальную цель 5.Подлезание под дугу 6. Ползание по скамейке «по медвежьей»	«Пожарные на учении», «Медведи и пчелы», «Не оставайся на полу», «Мяч ведущему», «Проползи не задень»
<b>Апрель</b>	Разучить: прыжки с короткой скакалкой. Бег на скорость. Упражнять: в ходьбе по гим. скамейке, прыжках на 2-х ногах, метании в вертикальную цель, ходьбе и беге между предметами. В прокатывании обручей. В равновесии и прыжках. Закрепить: и.п. при метании в вертикальную цель, навыки лазания по гим. стене одноименным способом.	1-я неделя – «Явления природы» 2-я неделя – «В гостях у солнышка» 3-я неделя – «Весна, весна на улице» 4-я неделя – «Салют Победа!»	1. Прыжки из обруча в обруч, на 2-х ногах 2. Метание в верт. цель правой и левой рукой 3. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед 4. Пролезание в обруч 5. Футбол с водящим 6. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.	«Медведи и пчелы», «Удочка», «Горелки», «Метко в цель», «Пожарные на учениях»
<b>Май</b>	Разучить прыжки в длину с разбега.	1-я неделя – «Как-то	1. Прыжки с продвижением	«Караси и щуки»,

	Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону. В перешагивании через набивные мячи, в прыжках на 2-х ногах, в перебрасывании мяча друг другу, лазании «по медвежьи», бросании мяча о пол одной рукой, ловля двумя. Закрепить: ползание по гим. скамейке на животе; бросание мяча о стену.	летом на пруду» 2-я неделя – «Цветы» 3-я неделя – «У жука сегодня день рождения» 4-я неделя – «Бабочка»	вперед с ноги на ногу 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока 3. Ползание «по медвежьи» 4. Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол) 5. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед	«Третий лишний», «Перемени предмет», «Горные спасатели»
--	---	--	---	---

#### Подготовительная группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
<b>Сентябрь</b>	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; по кругу с остановкой по сигналу. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча; координировать движение в прыжке с достав. до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить: упражнение на перебрасывание мяча и подлезание под шнур; в переползании через скамейку; прыжки на двух ногах; акробатический кувырок	1-я неделя – «Зарядка грибника» 2-я неделя – «Во саду ли, в огороде» 3-я неделя – «Осенью в парке» 4-я неделя – «У медведя во бору»	1. Ходьба по гим. скамейке боком, приставным шагом через мячи 2. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы 3. Прыжки с разбегом с доставанием до предмета 4. Бросание малого мяча вверх, ловля 2-мя руками 5. Ползание на животе подтягиваясь руками 6. Лазание по гим. стенке с переходом на другой пролет	«Кто скорее к флажку», «Не оставайся на полу», «Жмурки», «Пингвины»,
<b>Октябрь</b>	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу. С высоким подниманием колен, со сменой темпа движения; бег между линиями. Упражнять: в сохранении равновесия, прыжках,	1-я неделя – «Моя семья» 2-я неделя – «Наши имена» 3-я неделя – «Здоровье в	1. Прыжки через шнур и вдоль на 2-х ногах, на одной ноге 2. Прыжки с высоты (40 см) 3. Бросание малого мяча вверх, ловля 2-мя руками, переброс друг другу	«Стоп», «Дорожка препятствий», «Охотники и утки», «Совушка», «Ловкая пара»

	бросании мяча, приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений. Разучить: прыжки вверх из глубокого приседания.	порядке, спасибо зарядке» 4-я неделя – «Здоровье в порядке, спасибо зарядке»	4. Отбивание мяча одной рукой на месте, ведение и забрасывание мяча в корзину 5. Пролезание : через 3 обруча, прямо и боком 6. Ползание по гимнастической скамейке на животе	
<b>Ноябрь</b>	Закрепить навык ходьбы и бега по кругу; парами, с преодолением препятствий; «змейкой», между предметами. Разучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель; переход по диагонали на другой пролет гим. стенки. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешком на спине; в равновесии	1-я неделя – «Мы дружные» 2-я неделя – «Мы пришли на космодром» 3-я неделя – «Моя страна - Россия» 4-я неделя – «Здоровая планета»	1. Ходьба по канату боком приставным шагом 2. Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур 3. Прыжки через короткую скакалку 4. Подлезание под шнур боком 5. Метание в горизонтальную цель 6. Лазание по гимн.стенке и переход на соседний пролет	«Перелет птиц», «Мышеловка», «Рыбак и рыбка», «Лягушки и цапля»
<b>Декабрь</b>	Закреплять навык ходьбы с выполнением задания по сигналу; бег с преодолением препятствий, парами; перестроение с одной колонны в 2и 3; развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной поверхности. Упражнять в прыжках, при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; в переползании по гимн.скамейке; в лазании по гим. стенке с переходом на другой пролет; следить за осанкой во время выполнения упр. на равновесие.	1-я неделя – «Новогоднее путешествие в зимний лес» 2-я неделя – «Елочка пушистая» 3-я неделя – «Герои сказок» 4-я неделя – «Веселые обезьянки»	1. Лазание по гим. стенке с переходом на другой пролет 2. Забрасывание мяча в корзину 2-мя руками 3. Отбивание мяча в ходьбе 4. Прыжки со скамейке на полусогнутые ноги 5. Прыжки, при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах 6. Переползание по прямой «Крокодил» (расст. 3 м)	«Ловля обезьян», «Перемени предмет», «Два мороза», «Снайперы»
<b>Январь</b>	Разучить: ходьбу приставным шагом, прыжки на мягкое покрытие; метание	1-я неделя – «Налетели вьюга да	1. Метание мешочков в вертикальную цель (3 м)	«Кто скорее до флажка», «Ловишки с

	набивных мячей. Закрепить: перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения; преползание по скамейкам, развивать ловкость и координацию в упр. с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги.	метели» 2-я неделя – «Согреемся на морозе» 3-я неделя – «В гости к снеговикам» 4-я неделя – «Кто живет на Севере»	2. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы 3. Отбивание мяча в движении 4. прыжки через короткую скакалку 5. Переползание по скамейке с мешочком на спине 6. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове	лентой», «Горшки», «Волк во рву», «Мороз – красный нос»
<b>Февраль</b>	Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по 1-му с остановкой по сигналу; прыжках и бросании мяча; в ходьбе и беге с изменением направления и между предметами; в пролезании между реками; в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: равновесие; осанку при ходьбе на повышенной площади опоры; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия; в пролезании в обруч; ходьбе со сменой темпа движения. Развивать: ловкость, глазомер при метании в горизонтальную цель.	1-я неделя – «В дружбе со спортом» 2-я неделя – «Мы сильные и ловкие» 3-я неделя – «Скоро праздник всех солдат» 4-я неделя – «День защитника Отечества»	1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи 2. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед 3. Прыжки через набивные мячи 4. Метание в горизонтальную цель 5. Бросание мяча с хлопком 6. Лазание по гимн. стенке	«Не попадись», «Ловишка, лови ленту», «Охотники и звери», «Палочка-выручалочка»
<b>Март</b>	Закрепить навык ходьбы и бега в чередовании; перестроении в колонну 1 и 2 в движении. Упражнять: в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги; в прыжках; в беге до 3-х минут; в ведении мяча ногами. Развивать: координацию движения в упражнениях с мячом; ориентировку в	1-я неделя – «Мамины помощники» 2-я неделя – «Мы милушки-невалюшки» 3-я неделя – «Веселые Петрушки»	1. Ходьба по рейке: приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову: с мешочком на голове, руки на поясе 2. Бросание мяча вверх с хлопком; с поворотом кругом 3. Прыжки в длину с места 4. Лазание по гимн. скамейке на ладонях и коленях	«Кто быстрее к флажку», «Горелки», «Жмурки», «Ловкие ребята»

	пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке и на полу.	4-я неделя – «Кадриль»	5. Вращение обруча на кисти руки 6. Вращение обруча на полу	
<b>Апрель</b>	Учить: ходьбе по ограниченной площади опоры; ходьба по кругу во встречном направлении. Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гим. стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьбу и бег с ускорением и замедлением; ползание по гим. скамейке; равновесие. Совершенствовать: прыжки в длину с разбега.	1-я неделя – «Просыпается природа» 2-я неделя – «Прилетели птицы» 3-я неделя – «Бегут ручьи» 4-я неделя – «Салют Победа!»	1. Ходьба боком приставным шагом, по канату 2. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на 2-х ногах 3. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину 4. Прыжки в длину с разбега 5. Метание мешочков в вертикальную цель 6. Лазание по гим. скамейке с мешочком на спине	«Ловля обезьян», «Охотники и утки», «Прыгни – присядь», «Мышеловка»
<b>Май</b>	Разучить: бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м. упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в равновесии в прыжках; в забрасывании мяча в корзину 2-мя руками. Повторить: упражнение «крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча	1-я неделя – «Мы теперь не дошколята» 2-я неделя – «До свидания, сад!» 3-я неделя – «К школе мы готвы» 4-я неделя – «Скоро в школу»	1. Прыжки в длину с разбега 2. Метание набивного мяча 3. Бег на скорость (30м) 4. Прыжки через скакалку 5. Бег со средней скоростью 100 м 6. Ведение мяча и забрасывание в корзину	«Мышеловка», «Прыгни – присядь», «Лодочки и пассажиры», «Кто дальше прыгнет»

#### 2.4. Перспективный план по технологии «Выразительное движение»

Сентябрь					
Недели		Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть

1-я неделя	Стр.35	Развитие внимания, быстроты	<p><i>Строевые упражнения:</i> построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики) приставные шаги в сторону шаг с подскоком</p> <p><i>Игроритмика</i> хлопки в такт музыки</p>	<p>Построение в рассыпную</p> <p><i>Танцевальные шаги</i> шаг с носка, на носках</p> <p><i>Общеразвивающие упражнения без предмета:</i> основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку основные движения туловищем и головой</p> <p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Найди свое место»</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц,</i> <i>Поглаживание рук и ног</i></p>
2-я неделя	Стр.36	Развитие внимания, памяти, мышления, координации движения	<p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Нитка – иголка»</p> <p><i>Строевые упражнения:</i> построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра) «Хоровод»</p> <p><i>Игроритмика:</i> ходьба сидя на стуле, хлопки в такт музыки</p>	<p><i>Общеразвивающие упражнения</i> <i>Танцевальные шаги</i> шаг с носка, на носках. Акробатические упражнения. Сед ноги врозь, сед на пятках.</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки</i> Речитатив: Носом - вдох, А выдох – ртом, Дышим глубже, А потом – Марш на месте, Не спеша, Коль погода хороша!</p>
3-я неделя	Стр.42	Совершенствование двигательных навыков	<p><i>Строевые упражнения:</i> построение в шеренгу, в круг</p> <p><i>Танцевальные шаги:</i> приставные шаги в сторону шаг с подскоком</p> <p><i>Игроритмика:</i></p>	<p><i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> упражнения с погремушками «У оленя дом большой»</p> <p><i>Ритмический танец:</i> «Кузнечик», стр.41</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки», стр.40</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки</i> Напряженное и расслабленное положение рук и ног в различных и.п.: лежа, сидя, стоя.</p>

			Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта хлопком	
4-я неделя	Стр.46	Совершенствовать выполнение танца «Кузнечик». Закрепить выполнение комплекса танцевально-ритмической гимнастики «У оленя дом большой». Содействовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве.	<p><b>Сюжетное занятие «на лесной опушке»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Поход» - различные передвижения шагом, прыжками, с махами руками и т.д. по сюжету речитатива.</li> <li>2. Выполнение комплекса танцевально-ритмической гимнастики «У оленя дом большой».</li> <li>3. Комплекс ОРУ под речитатив</li> <li>4. Игра «Цапля и лягушки»</li> <li>5. Танец «Кузнечик»</li> <li>6. Игра «У медведя во бору»</li> </ol>	

### Октябрь

Недели			Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Стр.49	Развитие ловкости, быстроты, координации движений	<p><i>Строевые упражнения.</i> Музыкально-подвижная игра «Быстро по местам». <i>Игроритмика.</i> Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта хлопком.</p>	<p><i>Ритмический танец.</i> «Если весело живется » <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «На крутом бережку». <i>Пальчиковая гимнастика</i> «Фонарики». Стр. 45</p>	<p><i>Игроритмика.</i> Специальные упражнения для развития силы мышц. Упор лежа прогнувшись «змея». Лежа на спине, руки вверх – принять группировку «ежик». <i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</i> Лежа на спине, полное расслабление-поза «спящего».</p>
2-я неделя	Стр.52	Совершенствование двигательных навыков	<p><i>Музыкально – подвижная игра по ритмике.</i> Под музыку марша дети шагают, под музыку польки-прыгают. <i>Игроритмика.</i></p>	<p><i>Ритмический танец.</i> «Если весело живется » <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «На крутом бережку».</p>	<p><i>Игроритмика.</i> Специальные упражнения для развития силы мышц. <i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</i> Лежа на спине, полное расслабление-поза «спящего».</p>

			Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта хлопком.		
3-я неделя	Стр.53	Развитие внимания, чувства ритма, координации движений.	<p><i>Строевые упражнения.</i> Построение в круг. <i>Игроритмика.</i> Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта хлопком. <i>Музыкально – подвижная игра по ритмике.</i> Под музыку марша дети шагают, под музыку польки-прыгают.</p>	<p><i>Танцевальные шаги.</i> Комбинации из танцевальных шагов. <i>Ритмический танец.</i> «Если весело живется» <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «На крутом берегу».</p>	<p><i>Пальчиковая гимнастика</i> Выполнение фигурок из пальчиков: круг, очки, домик. <i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</i> Имитационно-образные упражнения в расслаблении. Потряхивание кистями рук-«воробушки полетели».</p>
4-я неделя	Стр.56	Научить детей различать динамические оттенки «громко-тихо». Совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «На крутом берегу». Повторить ритмический танец «Если весело живется». Воспитывать организованность,	<p><b>Сюжетное занятие. Путешествие по станциям «Веселый экспресс»</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Станция первая - «Спортивная». ОРУ под речитатив.</li> <li>2. Станция вторая -«Певучая нотка». Ходьба с речитативом. Исполнение песни «Машина».</li> <li>3. Станция третья -«Сказочная». Выполняется упражнение «На крутом берегу».</li> <li>4. Станция четвертая -«Давайте-ка поиграем».</li> <li>5. Станция пятая – «Танцевальная». Ритмический танец «Если весело живется».</li> <li>6. Станция шестая – «Загадочная». «Ромашка» с загадками.</li> </ol>		

		дисциплинированность, доброту.	
--	--	--------------------------------	--

### Ноябрь

Недели			Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Стр.58	Развитие быстроты, ловкости, памяти	<p><i>Строевые упражнения.</i> Построение в круг. <i>Игроритмика.</i> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет.</p>	<p><i>Танцевальные шаги.</i> Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носкаи шагов с небольшим подскоком. <i>Ритмический танец</i> «Галоп шестерками» на приставном шаге. Построение в круг. <i>Танцевально-ритмическая гимнастика.</i> Построение в рассыпную. «Песня Мууренки» (Упражнение в седах и упорах). <i>Игроритмика.</i> Специальные упражнения для развития силы мышц. Морские фигуры: морская звезда, морской конек, краб, дельфин.</p>	<i>Креативная гимнастика.</i> «Море волнуется раз».
2-я неделя	Стр.61	Совершенствование двигательных навыков, координации движений	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг <i>Игроритмика</i> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет</p>	<p><i>Ритмический танец</i> «Галоп шестерками» на приставном шаге. Построение в круг. <i>Танцевально-ритмическая гимнастика.</i> Построение в рассыпную. «Песня Мууренки» (Упражнение в седах и упорах). <i>Игроритмика.</i></p>	<i>Креативная гимнастика</i> «Море волнуется»

				Специальные упражнения для развития силы мышц. Морские фигуры: улитка, морской лев, медуза, уж, морской червяк.	
3-я неделя	Стр.62	Развитие умения различать динамику звука, совершенствование двигательных навыков	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг <i>Игроритмика</i> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. <i>Танцевально-ритмическая гимнастика.</i> Перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению педагога. Стр.40. «У оленя дом большой», «На крутом берегу», «Песня Мууренки».</p>	<p><i>Музыкально-подвижная игра «Водяной».</i> <i>Игропластика.</i> Специальные упражнения для развития силы мышц. Морские фигуры: морская звезда, морской конек, краб, дельфин, улитка, морской лев, медуза, уж, морской червяк. <i>Креативная гимнастика.</i> «Создай образ».</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> имитационно – образные упражнения на дыхание: «Насос».</p>
4-я неделя	Стр.64	Закрепить выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Мууренка». Повторить ритмический танец «Галоп шестерками». Способствовать развитию ловкости, координации движений, мышечной силы и гибкости. Содействовать развитию воображения и творческих	<p>Сюжетное занятие «Путешествие в Морское царство».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Преодолеть препятствия-речка, яма, гора, болото.</li> <li>2. Игра «Водяной».</li> <li>3. Комплекс упражнений игропластики на морскую тематику.</li> <li>4. Игра «Море волнуется».</li> <li>5. Упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Мууренка».</li> <li>6. Ритмический танец «Галоп шестерками».</li> <li>7. «Купание» и отдых на пляже.</li> </ol>		

		способностей.	
--	--	---------------	--

### Декабрь

Недели			Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Стр.67	Совершенствование двигательных навыков, координации движений	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении. <i>Игроритмика.</i> Различие динамики звука «громко-тихо». Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта.</p>	<p><i>Ритмический танец.</i> «Танец утят». <i>Акробатика:</i> Ванька-встанька, Мальвина-балерина, солдатик. <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Отгадай, чей голосок»</p>	<p><i>Игровой самомассаж.</i> Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме- «Ладочки-мочалки», «Смываем водичкой ручки и ножки».</p>
2-я неделя	Стр.69	Развитие внимания, координации движений	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении. <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Отгадай, чей голосок». <i>Игроритмика.</i> Различие динамики звука «громко-тихо». Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на</p>	<p><i>Танцевально-ритмическая гимнастика.</i> Упражнение «Хоровод». <i>Акробатика:</i> «Ванька – встанька» «Мальвина – балерина» «солдатик» <i>Ритмический танец.</i> «Танец утят».</p>	<p><i>Игровой самомассаж.</i> Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме- «Ладочки-мочалки», «Смываем водичкой ручки и ножки».</p>

			сильную долю такта-основного движения.		
3-я неделя	Стр.70	Развитие чувства ритма, такта, внимания	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг, передвижение по кругу. <i>Игроритмика</i> Различие динамики звука «громко-тихо». <i>Ритмический танец.</i> «Танец утят».	<i>Музыкально – подвижная игра</i> «Попрыгунчики-воробышки». <i>Танцевально-ритмическая гимнастика.</i> Упражнение «Хоровод». <i>Пальчиковая гимнастика</i> «Сорока-белобока».	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> потряхивание кистями рук. Сед руки за спину. Расслабление рук с выдохом.
4-я неделя	Стр.73	Способствовать развитию творческих способностей, выдумки, фантазии. Закрепить выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Хоровод». Содействовать развитию прыгучести, ловкости, координации движений, ориентировки в пространстве.	<b>Сюжетное занятие «Поход в зоопарк»</b> 1. Игра «Иголка-нитка»(стр.36) 2. Комплекс игропластики: медведь, пантера, цапля, орлы, кошечка, змея, собачка, лев. 3. ОРУ «Я на солнышке лежу». 4. Игра «Попрыгунчики-воробышки». 5. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Хоровод». 6. Игра «Ленточки-хвосты».		

### Январь

Недели		Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
--------	--	---------------	----------------	----------------------

1-я неделя	Стр.74	Развитие гибкости и пластичности	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение врассыпную. <i>Игроритмика.</i> Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта-основного движения.</p>	<p><i>Ритмический танец.</i> «Мы пойдем сначала вправо». <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Мы веселые ребята». <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Чебурашка».</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> Напряженное и расслабленное положение рук и ног.</p>
2-я неделя	Стр.77	Формирование правильной осанки, красивой походки;	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение врассыпную. <i>Игроритмика.</i> Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта-основного движения. <i>Ритмический танец.</i> «Мы пойдем сначала вправо».</p>	<p><i>Музыкально – подвижная игра</i> «Совушка» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Чебурашка».</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> Напряженное и расслабленное положение рук и ног.</p>
3-я неделя	Стр.78	Воспитание выносливости, развитие силы;	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение врассыпную. <i>Игроритмика.</i> Выполнение ОРУ руками в различном темпе. <i>Ритмический танец.</i> «Мы пойдем сначала вправо».</p>	<p><i>Игропластика.</i> Комплексы упражнений на силу мышц разгибателей спины и брюшного пресса. <i>Музыкально – подвижная игра</i> «Совушка» <i>Танцевально – ритмическая гимнастика</i> «Чебурашка».</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> в положении лежа на спине вытягивание рук в стороны; вверх, ног вниз.</p>

4-я неделя	Стр.79	Совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка». Закрепить выполнение группировки в положении лежа. Содействовать развитию музыкальности, координации движений.	<p><b>Сюжетное занятие «В гости к Чебурашке».</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Сказочный лес».</li> <li>2. «Сказочная зарядка».</li> <li>3. Танец «Мы пойдем сначала вправо».</li> <li>4. Акробатические упражнения.</li> <li>5. Игра «Совушка».</li> <li>6. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка».</li> </ol>
------------	--------	---	--

### Февраль

Недели			Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Стр.89		<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в шеренгу и колонну. Ходьба на носках «кошечка» и с высоким подниманием бедра «цапля».</p> <p>Построение в круг.</p> <p><i>Игроритмика:</i> Хлопки на каждый счет и через счет.</p>	<p><i>ОРУ без предмета.</i></p> <p><i>Хореографические упражнения.</i></p> <p>Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготов., первая вторая, третья.</p> <p><i>Танцевальные шаги:</i> приставной и скрестный в сторону.</p> <p><i>Ритмический танец</i> «Полька-хлопушка».</p> <p><i>Музыкально-подвижная игра</i> «Музыкальное эхо».</p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> Потряхивание кистями рук и предплечьями в положении сидя и стоя.</p>
2-я неделя	Стр.90	Развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма); Развитие музыкальной памяти.	<p><i>Строевые упражнения:</i> Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам, «змейкой».</p> <p><i>Игроритмика.</i> Удары ногой на каждый счет и через счет.</p>	<p><i>ОРУ без предмета.</i></p> <p>Стойки на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями.</p> <p><i>Хореографические упражнения.</i></p> <p>Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготов., первая вторая, третья.</p> <p><i>Танцевальные шаги:</i> приставной и скрестный в сторону.</p> <p><i>Ритмический танец</i> «Полька-хлопушка».</p> <p><i>Танец</i> «Матушка -Россия»</p> <p><i>Музыкально-подвижная игра</i></p>	<p><i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> раскачивание руками из различных исходных положений.</p>

				«Музыкальное эхо».	
3-я неделя	Стр.92	Развитие способности к импровизации в движении.	<i>Строевые упражнения:</i> Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам, «змейкой». <i>Игроритмика.</i> Шаги на каждый счет и через счет.	<i>ОРУ без предмета.</i> <i>Хореографические упражнения.</i> Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготов., первая вторая, третья. <i>Танцевальные шаги:</i> приставной и скрестный в сторону. <i>Танец «Матушка -Россия»</i> <i>Музыкально-подвижная игра «Космонавты».</i>	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки:</i> раскачивание руками из различных исходных положений.
4-я неделя	Стр.96	Укреплять основные мышечные группы для формирования правильной осанки. Совершенствовать разученные танцевальные композиции. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию мышления, воображения, творческих способностей.	<i>Сюжетное занятие «Космическое путешествие на Марс»</i> 1. Постановка цели занятия. 2. Первый этап «Проверь себя». 3. Второй этап «Испытай себя». 4. Комплекс ОРУ «Робот». 5. Упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины: велосипед, морская звезда, орешек, кобра. 6. Упражнения для развития силы мышц рук и ног под речитатив. 7. Игра «Парашютисты». 8. Танец «Полька-хлопушка». 9. Игра «Космонавты».		

### Март

Недели			Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
--------	--	--	---------------	----------------	----------------------

1-я неделя	Стр.99	Тренировка подвижности нервных процессов	<i>Строевые упражнения.</i> Построение в шеренгу. Повороты переступанием. Построение в круг. <i>Игроритмика.</i> На первый счет-хлопок, на второй, третий, четвертый счет- пауза.	<i>Ритмический танец.</i> Полька «Старый жук». <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «Часики» (стр.94). <i>Пальчиковая гимнастика.</i> «Этот пальчик ...»	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки под речитатив.</i>
2-я неделя	Стр.101	Развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.	<i>Строевые упражнения.</i> Построение в шеренгу. Повороты переступанием в образно-двигательных действиях. Построение в круг. <i>Игроритмика.</i> На первый счет-притоп, на второй, третий, четвертый-пауза.	<i>Ритмический танец.</i> Полька «Старый жук». <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «Часики» (стр.94). <i>Музыкально-подвижная игра</i> «Поезд». <i>Игропластика.</i> Под речитатив.	<i>Игровой самомассаж.</i> Под речитатив.
3-я неделя	Стр.103	Воспитание умения вести себя в группе во время движения	<i>Строевые упражнения.</i> Построение в шеренгу. Повороты переступанием в образно-двигательных действиях. Построение в круг. <i>Игроритмика.</i> На первый счет-хлопок, на второй, третий, четвертый-пауза.	<i>Ритмический танец.</i> Полька «Старый жук». <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «Карусельные лошадки». <i>Музыкально-подвижная игра</i> «Поезд». <i>Игропластика.</i> Упражнения для развития мышечной силы в заданиях. <i>Пальчиковая гимнастика.</i> Круговые движения кистями и пальцами рук в одну и другую стороны.	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки : Под речитатив.</i>

4-я неделя	Стр.108	Формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.	<p><i>Сюжетное занятие «На выручку карусельных лошадок».</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Карусельные лошадки».</li> <li>2. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «На крутом бережку».</li> <li>3. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Песенка Мууренки».</li> <li>4. Танец «Автостоп».</li> <li>5. Игра «Лошадки».</li> </ol>
------------	---------	--	---

### Апрель

Недели			Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
1-я неделя	Стр.110	Формирование правильной осанки, красивой походки;	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг. <i>Игроритмика.</i> На каждый счет поднять руки вперед, опустить вниз.</p>	<p><i>Танцевальные шаги.</i> Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 на шагах. <i>Хореографические упражнения.</i> Полуприседы, стоя боком к опоре. Выставление ноги в сторону на носок. Повороты направо, налево, переступая на носках. Танцевально – ритмическая гимнастика «Песня Короля»</p>	<p><i>Музыкально-подвижная игра</i> «Найди предмет».</p>
2-я неделя	Стр.112	Развитие ловкости, точности, координации движений	<p><i>Строевые упражнения:</i> Построение в круг. <i>Игроритмика.</i> На каждый счет дети хлопают в ладоши.</p>	<p><i>Танцевальные шаги.</i> Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 на шагах. <i>Хореографические упражнения.</i> Полуприседы, стоя боком к опоре. Выставление ноги в сторону на носок. Повороты направо, налево, переступая на носках. Танцевально – ритмическая гимнастика «Песня Короля». <i>Игропластика.</i> Под речитатив.</p>	<p><i>Музыкально-подвижная игра</i> «Найди предмет».</p>

3-я неделя	Стр.	Развитие способности воспринимать музыку, чувствовать её настроение и характер, понимать ее содержание	<i>Строевые упражнения:</i> Передвижение шагом и бегом. <i>Игроритмика.</i> На каждый счет дети хлопают в ладоши.	<i>Ритмический танец</i> «Большая стирка». Танцевально – ритмическая гимнастика «Песня Короля». <i>Музыкально-подвижная игра.</i> «Музыкальные стулья».	<i>Игровой самомассаж.</i> Под речитатив.
4-я неделя	Стр.120	Повторить разученные упражнения танцевально-ритмической гимнастики и танцев. Содействовать развитию культуры движений, ловкости и ориентировки в пространстве. Приучать сохранять правильное положение осанки при выполнении танцевально-ритмической гимнастики. Закрепить перестроение в круг и в колонну по три.	<i>Сюжетное занятие «Путешествие в Кукляндию».</i> 1. Игра «Автомобили». 2. Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики» (стр.94). 3. Игра «Автомобили». 4. Комплекс ОРУ «Лукоморье». 5. Танец «Большая стирка». 6. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Песня Короля». 7. Игра «Волшебные стулья».		

### Май

недели		<b>Задачи</b>	<b>Вводная часть</b>	<b>Основная часть</b>	<b>Заключительная часть</b>
1-я неделя	Стр.121	Упражнять в прыжках с ноги на ногу. Учить танец «Большая прогулка». Закрепить м/п игру «Воробышки».	<i>Строевые упражнения:</i> Построение враспынную. ОРУ без предмета.	<i>Акробатические упражнения.</i> Под речитатив. <i>Танцевальные шаги.</i> Прыжки с ноги на ногу, другую-сгибая назад. <i>Ритмический танец</i> «Большая прогулка». <i>Музыкально-подвижная игра.</i> «Воробышки». <i>Пальчиковая гимнастика</i> по показу.	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки :</i> под речитатив. (стр.101)
2-я неделя	Стр.124	Закрепить ритмический танец «Большая прогулка». Повторить танцевально-ритмическую гимнастику «Часики», «Карусельные лошадки», «Песня Короля», «Воробышья дискотека»	<i>Строевые упражнения:</i> Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу и круг.	<i>Ритмический танец</i> «Большая прогулка». <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «Часики»(стр.94), «Карусельные лошадки»,(стр.103) «Песня Короля», (стр.110)«Воробышья дискотека»(стр.116)	<i>Креативная гимнастика.</i> Специальные игровые задания «Художественная галерея».

3-я неделя	Стр.125	Повторить танцевальные шаги: приставной и скрестный шаг в сторону. Учить танцевально-ритмическую гимнастику «Ну, погоди!», музыкально-подвижную игру «Усни-трава».	<i>Строевые упражнения:</i> Построение в шеренгу, сцепление за руки. <i>Игроритмика.</i> Выполнение простейших движений руками.	<i>Танцевальные шаги.</i> Приставной и скрестный шаг в сторону. <i>Танцевально-ритмическая гимнастика</i> «Ну, погоди!» <i>Музыкально-подвижная игра</i> «Усни-трава».	<i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки</i> имитационные, образные упражнения. Расслабление рук в положении лежа на спине, под речитатив.
4-я неделя	Стр.130	Добиться правильного выполнения группировки в приседе. Совершенствовать выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Воробьиная дискотека». Повторить игру «Усни-трава». Содействовать развитию выразительности в движениях, танцевальности.	<i>Сюжетное занятие «Лесные приключения».</i> 1. Игра «Найди свое место». 2. Танец «Большая прогулка». 3. Комплекс ОРУ под речитатив. 4. Упражнение «Ежик». 5. Игра «День-ночь». 6. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Воробьиная дискотека». 7. Игра «Усни-трава».		

## 2.5. План спортивных праздников и физкультурных досугов на 2022-2023год

### План физкультурных досугов в средних группах

месяц	Название досуга
Сентябрь	«Безопасное поведение на дороге»
Октябрь	«Птички- невелички»
Ноябрь	«Счастливы вместе»
Декабрь	«Зимнее приключение»
Январь	«Зимние забавы»
Февраль	«Птицы - наши друзья!»
Март	«Мамочка любимая моя»
Апрель	«Наш дом- Земля!»
Май	«Мы солдаты»

### План физкультурных досугов в старшей группе

месяц	Название досуга
Сентябрь	«Золотая осень»
Октябрь	"Перелетные птицы"
Ноябрь	«Догоним посуду»
Декабрь	«Зимушка-зима»
Январь	«Дикие животные»
Февраль	« Все профессии важны, все профессии нужны»
Март	«Путешествие в страну комнатных растений»
Апрель	«Полет в космос»
Май	«День Победы»

### План физкультурных досугов в подготовительных группах

месяц	Название досуга
Сентябрь	«Осенние старты»
Октябрь	«Здоровые дети – в здоровой семье»
Ноябрь	«Догоним посуду»
Декабрь	«Спортивный Новый Год »
Январь	«Дикие животные»
Февраль	«Аты – баты, мы солдаты!»
Март	«Весна красна».
Апрель	«День здоровья».
Май	«Прогулка в летний лес».

## 2.6. Организация и формы работы с воспитателями

### Перспективный план работы с воспитателями на 2022 - 2023 уч.год

Месяц	Консультации	Анкетирование	Индивидуальная работа
Сентябрь	«Распределение обязанностей инструктора по физической культуре и воспитателей на физкультурном занятии»		По запросу
Октябрь	Обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей на начало года		По запросу
Ноябрь	Консультации по отдельным вопросам - методике проведения, способах организации детей на занятии.	Анкета «Для выявления проблем и дальнейшего планирования работы по физическому воспитанию и оздоровлению»	По запросу
Декабрь	«Точечный массаж»		По запросу

Январь	«Упражнения для профилактики плоскостопия»		По запросу
Февраль	«Значение дыхательных упражнений»		По запросу
Март	Совместная разработка и внедрение в работу картотеки подвижных игр, дыхательных упражнений.		По запросу
Апрель	Обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей на конец года	Анкета «Что вы знаете о физкультурном занятии»	По запросу
Май	«Игры с мячом во время летней прогулки»		По запросу

## 2.7. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

### Перспективный план работы с родителями на 2022-2023 уч.год

<i>Месяц</i>	<i>Участие в родительских собраниях</i>	<i>Папки – передвижки консультации</i>	<i>Совместные мероприятия</i>
Сентябрь	«Задачи физического воспитания и развития детей дошкольного возраста» (все возрастные группы)	«Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	
Октябрь		«Значение режима дня для здоровья ребенка»	
Ноябрь		«Закаливание - первый шаг на пути к здоровью»	"Папа, мама и я - спортивная семья»
Декабрь		«Играй-тека» Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний «уголок здоровья»	
Январь		Как выбрать вид спорта?	
Февраль	«Влияние спортивных привычек на здоровье ребенка»	«Развитие у детей физических качеств в подвижных играх»	«Мой папа самый сильный»
Март		«Играем вместе с ребенком на прогулке»	"А ну-ка, мамочки!"
Апрель		«Развиваем ловкость у детей»	
Май	Ознакомление с итогами мониторинга	«Закаливание детей в летний период»	

### 3. Организационный раздел рабочей программы

#### 3.1. Организация жизни детей

Режим работы ГБДОУ детский сад № 72 Приморского района Санкт – Петербурга

- пятидневная рабочая неделя;
- длительность работы – 12 часов ( с 7.00 до 19.00 );
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие – праздничные дни.

#### 3.2. Организация непрерывной образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников

Для организации непрерывной образовательной деятельности по физической культуре разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду.

Время занятий и их количество в день регламентируется Образовательной Программой ДОУ и СанПиН.

##### 3.2.1. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		2-3 года	3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	3 раза в неделю 10-15 мин	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
	на воздухе	-	-*	-	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно не менее 10 мин	Ежедневно не менее 10 мин	Ежедневно не менее 10 мин	Ежедневно не менее 10 мин	Ежедневно не менее 10 мин
	физкультминутки (в середине статического занятия)	1,5 – 2 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	2-3 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	2-3 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	2-3 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	2-3 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
	подвижные и спортивные игры, физические упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20–25 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25–30 мин	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 мин
	Дифференцированные игры и упражнения на прогулках	ежедневно во время вечерних прогулок	ежедневно во время вечерних прогулок	ежедневно во время вечерних прогулок	ежедневно во время вечерних прогулок	ежедневно во время вечерних прогулок

		5 мин	5-8 мин	5-8 мин	10 -12 мин	12-15 мин
	Физические упражнения (бодрящая гимнастика, тропа здоровья)	5 мин	8 мин	10 мин	10 мин	до 15 мин
	Оздоровительная гимнастика (зрительная, дыхательная, пальчиковая, артикуляционная)	2-3 мин ежедневно в течение дня	3 мин ежедневно в течение дня	3-5 мин ежедневно в течение дня	3-5 мин ежедневно в течение дня	3-5 мин ежедневно в течение дня
	Оздоровительный бег на прогулке	-	-	с апреля по ноябрь (не менее 2 раз в неделю) 30 сек – 5 мин	с апреля по ноябрь (не менее 2 раз в неделю) 45 сек. – 6 мин	с апреля по ноябрь (не менее 2 раз в неделю) 1 – 10 мин
	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	ежедневно 5 мин	ежедневно 5 мин	ежедневно 8 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 12 мин
Активный отдых	физкультурный досуг	-	1 раз в месяц 15 - 20 мин	1 раз в месяц 20 - 25 мин	1 раз в месяц 25 - 30 мин	1 раз в месяц до 45 мин
	физкультурный праздник	-	—	2 – 3 раза в год до 45 мин.	2 – 3 раза в год 60 – 90 мин.	2 – 3 раза в год до 60 - 90 мин.
	день здоровья	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

**3.3. Расписание организованной образовательной деятельности «Физическая культура» на 2022 – 2023 год** (взять у Е.И.)

ГРУППЫ:	Расписание организованной образовательной деятельности «Физическая культура»				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1-я младшая группа	09.00 – 09.10 09.10 – 09.20		09.00 – 09.10 09.10 – 09.20	08.00 – 08.10 Зарядка (группа) 2-я и 4-я неделя месяца 09.00 – 09.10 09.10 – 09.20	
2-я младшая группа		09.00 – 09.20	08.00 – 08.10 Зарядка (группа) 2-я и 4-я неделя месяца 09.35 – 9.50		09.30 – 09.45
Средняя группа №1	10.05 – 10.25		10.40 – 11.00	08.00 – 08.10 Зарядка (группа/зал) 1-я и 3-я неделя месяца 10.10 – 10.30	
Средняя группа №2	09.35 – 9.55		11.20 – 11.40 (на улице)	08.05 – 08.10 Зарядка (зал/группа) 1-я и 3-я неделя месяца 09.35 – 09.55	
Средняя группа №3		09.35 – 09.50/09.55	08.00 – 08.10 Зарядка (группа) 1-я и 3-я неделя месяца 10.05 – 10.20/10.25	08.15 – 08.20 Зарядка (физ. зал) 4-я неделя месяца	10.00 – 10.15/10.20
Старшая группа	10.40 – 11.05	10.05– 10.30		08.15 – 08.25 Зарядка (физ. зал) 2-я и 4-я неделя месяца 11.45 – 12.10 (на улице)	
Подготовительная к школе	11.50 – 12.20	10.40– 11.10	08.15– 08.25		11.50 – 12.20

<b>группа №1</b>			<i>Зарядка (зал) 2-я и 4-я неделя месяца</i>		
<b>Подготовительная к школе группа №2</b>		<b>11.50 – 12.20</b>	<b>08.15 – 08.25</b> <i>Зарядка (зал) 1-я и 3-я неделя месяца</i>	<b>10.40 – 11.10</b>	<b>11.15 – 11.45</b>

Для реализации государственного образовательного стандарта в четко определенные временные рамки образовательная нагрузка рассчитывается на 8 месяцев, без учета первой половины сентября, новогодних каникул, второй половины мая и трех летних месяцев.

### 3.4. Система педагогической диагностики (мониторинга)

Оценка эффективности образовательной деятельности осуществляется с помощью мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы. В процессе мониторинга исследуются физические, интеллектуальные и личностные качества ребенка путем наблюдений за ребенком, бесед, дидактических игр и др.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в пяти образовательных областях	- Наблюдение, - анализ продуктов детской деятельности	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

### 3.5. Материально техническое оснащение

Развивающая предметно – пространственная среда (РППС) организована как культурное пространство, которое оказывает воспитывающее влияние на детей.

Оборудование физкультурного зала соответствует санитарно-гигиеническим требованиям: безопасно для воспитанников, содержит элементы здоровьесбережения, развивающую зону. Зал эстетически оформлен.

В интерьере зала, в цветовом решении стен и «малоподвижных» предметах обстановки преобладают светлые спокойные тона. В свободном доступе детей в достаточном количестве представлены спортивные атрибуты, а так же развивающие игрушки.

Для образовательного процесса в физкультурном зале созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Организация пространства физкультурного зала построена с учетом требований Образовательной программы ДОУ и ФГОС ДО и соответствует основным характеристикам: насыщенность; вариативность; доступность; полифункциональность; транспортируемость; безопасность.

#### Основные особенности организации среды спортивного зала

- Оборудование спортивного зала безопасно, здоровье сберегающее, эстетически привлекательное и развивающие. Мебель соответствует росту и возрасту детей, игрушки обеспечивают максимальный для дошкольного возраста развивающий эффект.

- В зале создана комфортная предметно-пространственная среда, соответствующая различным возрастным, гендерным, индивидуальным особенностям детей.

- Развивающая предметно-пространственная среда насыщена, пригодна для совместной деятельности взрослого и ребенка, и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

- Пространство спортивного зала организуется в виде разграниченных зон, оснащенных большим количеством развивающего спортивного оборудования, которое безопасно и доступно детям. Оснащение уголков меняться в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала выступает как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

### Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала

<b>Наименования</b>	<b>Кол-во(шт)</b>
Стенка гимнастическая	4
Мат гимнастический	6
Скамейка гимнастическая деревянная	5
Стеллаж для спортивного инвентаря	2
CD проигрыватель PanasonicRX-ES23	1
Кольцесброс	4
Комплект модулей(альма)	1
Коврик массажный	3
Коврик с дисками на липучках	1
Кочки деревянные	24
Доска роликовая	2
Балансировка и координация: балансы, черепахи	6,4
Мячи: Ажурные	24
Резиновые	26
Гимнастические	24
Баскетбольные	13
Резиновые надувные	16
Ежи	24
Набивной	1
Фитболы	10
Обручи	55
Туннель «Альма»	1
Туннель складной	2
Набор для бокса	2
Гимнастические палки	20
Гимнастические ленты	3
Гимнастические скакалки	10
Скакалки	18
Булавы	13
Самокат	2
Кольцо баскетбольное	1
Клоун-марионетка	1
Мишени настенные	2
Набор кеглей	4
Набор кубиков	4
Канаты	3
Клюшки с шайбой	2
Корзинки пластиковые	17
Корзинки складные	14

#### **3.6. Обогащение Развивающей предметно – пространственной среды:**

изготовление массажных ковров, коррегирующих дорожек, атрибутов для подвижных игр, пособия для дыхательной гимнастики.

#### **3.7. Методическое обеспечение образовательной деятельности**

##### **Программно - методическое обеспечение образовательного процесса**

возрастн	образовательные	обязательная	учебно-	Дополнительная	педагогические
----------	-----------------	--------------	---------	----------------	----------------

ая группа	области	часть ОП ДО (основная программа)	методический комплекс	литература	технологии
Все возрастные группы	Физическое развитие	Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 72 Приморского района Санкт - Петербурга	«От рождения до школы» (программа дошкольного образования под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. М.А.)	Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения 3-7 лет - Москва: Мозаика-Синтез, 2014. Верховкина М.Е. Укрепление здоровья ребенка в детском саду – СПб: Каро, 2014. Нищева Н.В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики – СПб: Детство – пресс, 2009.	Фитнес – технологии для старшего дошкольного возраста  Е.Г. Сайкина, С.В. Кузьмина «Фитнес – Технологии»./ учебно – методическое пособие, Санкт – Петербург, 2016.

### 3.8. Летний оздоровительный период

Образовательная деятельность с дошкольниками в летний период планируется календарно, согласно методическим рекомендациям «Особенности планирования в летний период».

Основная цель образовательной программы в этот период - развитие творческих способностей детей в разных видах деятельности; предоставление ребенку возможностей самовыражения, проявление творческой фантазии.

Важна и оздоровительная составляющая мероприятий, увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе, использование естественных природных факторов для укрепления здоровья дошкольников.

Интеграция образовательных и оздоровительных задач является основой технологии планирования работы ДОУ летний период.

Образовательная деятельность в летний период планируется в рамках непрерывной образовательной деятельности (занятия и другие педагогические мероприятия эстетически оздоровительного цикла), так и в нерегламентированной совместной деятельности педагогов и детей в режиме дня.

**В летний период с июня по август образовательная работа проводится в 2-х формах: совместная образовательная деятельность педагога с детьми и индивидуальная работа с воспитанниками**