УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАВКАЗСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 18
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАВКАЗСККИЙ РАЙОН

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МАДОУ ЦРР - д/с №18
_____Г. В. Волкова
приказ № 221-д
«30» августа 2021г.
М.П.

Рабочая программа инструктора по физической культуре групп общеразвивающей направленности муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения центр развития ребенка - детский сад № 18 города Кропоткин муниципального образования Кавказский район (на период 2021-2022 г.)

Инструктор по физической культуре
Е.В. Дразкова

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
МАДОУ ЦРР - д/с № 18
протокол № 1
от 30 . 08 . 2021 года

2021 г

Содержание

	Наименование раздела	Стр
1	**Целевой раздел**	
1.1.	Пояснительная записка ……..…….....	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы……	4
1.1.2	Принципы и подходы к формированию Программы…….	7
1.1.3.	Значимые характеристики для разработки Программы, в том числе возрастные и индивидуальные особенности воспитанников, кадровые условия……..	8
1.2.	Планируемые результаты освоения детьми Программы……..	14
2.	**Содержательный раздел**	
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях(перспективно – тематическое планирование) ……..	17
2.2.	Описание вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы, в т.ч.особенности образовательной деятельности разных видов и культурныхпрактик……..	18
2.3.	Содержание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей	21
2.4.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик……..	26
2.5.	Способы и направления поддержки детской инициативы…..…….	29
2.6.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников……	30
2.7.	Особенности организации педагогической диагностики и мониторинга…….	37
3.	**Организационный раздел**	
3.1.	Описание материально-технического обеспеченияПрограммы..	45
3.2.	Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания……	46
3.3.	Режимы дня …….	47
3.4.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий (модели образовательного процесса) ……...	51
3.5.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды……	61
4.	**Дополнительный раздел**	
4.1	Краткая презентация Программы……	67
	Приложение.	
	План реализации Программы……...	73

1. Целевой раздел.

1.1 Пояснительная записка.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым.

Данная рабочая программа инструктора по физической культуре разработана Дразковой Еленой Викторовной, в соответствии с основной общеобразовательной программой – основной образовательной программой дошкольного образования МАДОУ ЦРР – д/с № 18 в соответствии с введением в действие ФГОС ДО. Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени дошкольного образования по физическому развитию; обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе.

Программ разработана с учетом Комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство» Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой и др. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»;2017. Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическое развитие». Как работать по программе «Детства»: Учебно - методическое пособие. Н. редакцией: А.Г. Гогоберидзе, - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4 - 7 лет по программе «Детство» /авт. – сост. Е.А. Мартынова, Н. А. Давыдова, Н. Р. Кислюк.- Волгоград: Учитель, 2016.; Грядкина Т.С.- Образовательная область «Физическое развитие» СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016; Е.А. Мартынова, И.М. Сучкова Физическое развитие, Планирование работы по освоению образовательной области детей 2-4 лет по программе «Детство» Волгоград: Учитель, 2016.

Программа разработана на 2021-2022 гг. для групп общеразвивающей направленности.

Программа разработана в соответствии со следующими законами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17.10.2013г.;

3. приказом Минобрнауки от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

4. постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;

6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2.

7. основная общеобразовательная программа – основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ ЦРР – д/с № 18 на 2021-2022 год.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.

Целью Программы является: разностороннее и гармоничное развитие ребёнка, обеспечение его полноценного здоровья, разнообразное развитие движений и физических качеств, формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний, подготовка к жизни в современном обществе.

На практике вся система физического развития и воспитания ребенка в ДОУ строится вокруг физиологического и медицинского подходов к организации воспитательно – образовательного процесса. Первостепенное значение уделяется вопросам здоровья детей и организации условий для его охраны и укрепления, а целью физического воспитания становится формирование привычки к здоровому образу жизни.

Между тем, поставленная цель может реализоваться только в комплексности решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач во всех направлениях работы с дошкольниками.

Задачи воспитания и развития детей младшего дошкольного возраста (3 – 4 года)

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других:

- начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп;
- самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

4. Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно-силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.
5. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Задачи воспитания и развития детей среднего дошкольного возраста(4 – 5 лет).

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- уверенному и активному выполнению основных элементов техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений;
- соблюдению и контролю правил в подвижных играх;
- самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений;
- умению ориентироваться в пространстве; восприятию показа как образца для самостоятельного выполнения упражнения;
- развитию умений оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

3. Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы.
4. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Задачи воспитания и развития детей старшего дошкольного возраста(5 – 6 лет).

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:

- добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений);

- формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;

- побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности; воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

3. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Задачи воспитания и развития детей старшего дошкольного возраста(6 – 7 лет).

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:

- добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;

- закреплять двигательные умения и знание правил в спортивных играх и упражнениях;

- закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;

- закреплять умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности;

- развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.

3. Развивать у детей физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость — координацию движений.

4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1.1.2. Принципы и подходы к формированиюПрограммы.

Программа построена на следующих принципах, соответствующих ФГОС ДО и с учетом комплексной программы «Детство»:

- личностно – ориентированный подход, определяющий развитие разносторонней личности, индивидуальности человека, как магистральное направление педагогической деятельности;
- деятельностный подход, определяющий развитие ребенка в деятельности.

Программа строится на основе следующих педагогических принципов:

- принцип развивающего образования. Содержание Программы реализуется через деятельность каждого ребенка в зоне его ближайшего развития;
- принцип гуманизации образования. В центре создания и реализации Программы находится ребенок и его успешное развитие. Программа имеет своей основной целью всестороннее развитие личности ребенка, что раскрывается во всех ее компонентах. Программа реализуется преимущественно через систему субъект – субъектных отношений и нацелена на оптимизацию взаимодействия субъектов образовательного процесса;
- индивидуально – дифференцированный подход к ребенку в образовательном процессе;
- принцип системности. Программа представляет собой целостную систему, состоящую из взаимосвязанных и взаимообусловленных компонентов: цели, задачи, принципы, содержание, методическое обеспечение, организационные формы, условия, диагностика и мониторинг;
- принцип развития ребенка в деятельности. Реализация всего содержания Программы осуществляется в разных видах детской деятельности;
- принцип соответствия критериям полноты, необходимости и достаточности. Содержание Программы включает в себя решение задач только на необходимом и достаточном материале, при максимальном приближении к разумному «минимуму»;
- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих задач. Программа сочетает воспитательные, развивающие и обучающие задачи, которые решаются во взаимосвязи и на одном содержании;
- принцип интеграции образовательных областей. Содержание и задачи работы с детьми по образовательным областям имеют тесную взаимосвязь, что проявляется в тематическом подходе к планированию разных видов детской деятельности;
- принцип целостности педагогического процесса. Программа учитывает сбалансированность детских видов деятельности и сочетание различных форм организации детской жизнедеятельности (индивидуальной, подгрупповой, фронтальной).

1.1.3. Значимые характеристики для разработки Программы, в том числе возрастные и индивидуальные особенности воспитанников, кадровые условия.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка – детский сад № 18 города Кропоткин муниципального образования Кавказский район является звеном муниципальной системы образования Кавказского района, обеспечивающим помощь семье в воспитании детей дошкольного возраста, охране и укреплении их физического и психического здоровья, развития индивидуальных способностей и необходимой коррекции их развития.

352380 РФ, Краснодарский край,
Кавказский район,
г. Кропоткин,
ул. Красная,109,
тел/факс 8 (861-38) 7-23-49
e-mail: madoy_crr_ds18@mail.ru
Заведующий Волкова Галина Владимировна.

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, воспитывающихся в образовательном учреждении.

В МАДОУ ЦРР-д/с № 18 функционируют группы
- общеразвивающей направленности:
группы для детей раннего возраста – от 2-х до 3-х лет;
группы для детей дошкольного возраста (младшие, средние, старшие и подготовительные к школе группы) - от 3-х до 8-ми лет;

Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников ДОУ.

Дети 3 – 4 года жизни (младший дошкольный возраст).

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и 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 младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

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 младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще 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 также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Дети 4 – 5 года жизни (средний дошкольный возраст)

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.

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. 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.

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.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Дети 5 – 6 года жизни (старший дошкольный возраст).

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 субординацией ролевого поведения.

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 результате различных воздействий, представления о развитии и т. 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.

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. 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 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.

Дети 6 -7 года жизни (старший дошкольный возраст).

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации.

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.

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 еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

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 средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер ощущений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

В результате правильно организованной образовательной работы дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

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.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

Сведения о детях на 2021-2022 год

Группа/возраст	Кол-во детей	Пол		Группа здоровья детей			
		Ж	М	первая	вторая	третья	другие
Группы общеразвивающей направленности							
«Мотылек» *(средняя группа)*	28	15	13	19	8	0	1
«Сказка» *(старшая группа)*	28	15	13	9	19	0	0
«Ромашка» *(младшая группа)*	31	13	18	21	7	**2**	1
«Малыш» *(подготовительная к школе группа)*	28	17	11	9	16	**2**	**1**
Всего	**115**	**60**	**55**	**58**	**50**	**4**	**3**

1.2. Планируемые результаты освоения детьми Программы.

Планируемые результаты освоения Программы детьми младшего дошкольного возраста (3 – 4 года).

Ребенок гармонично физически развивается, с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.

Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями.

При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.

Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

С большим желанием вступает в общение с другими детьми и с воспитателем при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх.

Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

Планируемые результаты освоения Программы детьми среднего дошкольного возраста (4 – 5 лет).

Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.

Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.

Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.

Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.

Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Планируемые результаты освоения Программы детьми старшего дошкольного возраста (5 – 6 лет).

Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Планируемые результаты освоения Программы детьми старшего дошкольного возраста (6 – 7 лет).

Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.

Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.

Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

2. Содержательный раздел.

2.1 Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях (перспективно – тематическое планирование).

Образовательнаядеятельностьв соответствии с направлениямиразвитияребенка, представленнымив5 образовательныхобластях.

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. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Формы организации занятий являются гибкими и разнообразными (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные, в спортзале, в группе, на воздухе, на спортивной площадке). Физкультурные занятия проводятся в сюжетной, игровой форме и включают в себя такие элементы:

–дыхательные упражнения, игровой стрейчинг,

–упражнения на коррекцию осанки и стопы,

–весёлый тренинг и элементы психогимнастики.

Для проведения занятий физической культурой на участке детского сада оборудована физкультурная площадка с зонами для подвижных и спортивных игр, велосипедная (и для самокатов) дорожка.

В каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

• младшим дошкольникам они должны доставлять удовольствие, научат их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием,

• в дошкольном возрасте сформировать потребность в движении, развить двигательные способности и самостоятельность, развить физические качества (скорость, выносливость, силу).

Занятия по физической культуре проводятся в первой или во второй половине дня, 3 раза в неделю, включая 1 занятие на воздухе.В группах младшего возраста, в связи с соблюдением рекомендаций санитарно-эпидемиологических требований к устройству содержания и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, 2 занятия по физической культуре проводятся на улице. Они сочетаются с образовательной деятельностью, направленной на физическое развитие детей дошкольного возраста.

Данная Программа разработана в соответствии СанПиН 3.1/2.4 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

Возраст	Продолжительность занятия по физической культуре
3 – 4 года	До 15 минут
4 – 5 лет	До 20 минут

5 – 6 лет	До 25 минут
6 – 7 лет	25 - 30 минут

Физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц).

Спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год).

Физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребёнка, биологическому портрету и группе здоровья, предусмотрено сочетание двигательной активности с закаливающими процедурами, включение в комплекс физического воспитания классических оздоровительных техник в игровой форме (релаксации, дыхательной и пальчиковой гимнастики, оздоровительной аэробики, игрового массажа, гимнастики для глаз), проведение циклических движений для повышения выносливости (медленный бег, продолжительная ходьба).

Распределения организованной образовательной деятельности в течение года (с 01.09.2021г. по 31.05.2022г.) для групп общеразвивающей направленности

Модель физического воспитания

Формы организации	**Младшая группа**	**Средняя группа**	**Старшая группа**	**Подготовительная группа**
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада				
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 6-8 минут	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)			
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 10-15 минут	Ежедневно 15-20 минут	Ежедневно 20-30 минут
1.4 Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна			
1.5 Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна			
2. Физкультурные занятия				
2.1 Физкультурные	3 раза в неделю по 15	3 раза в неделю по 20	2 раза в неделю по	2 раза в неделю по

занятия в спортивном зале	минут	минут	25 минут	30 минут
2.3 Физкультурные занятия на свежем воздухе	-	-	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
2.4 Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
3.Спортивный досуг				
3.1 Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)			
3.2 Спортивные праздники	-	Летом 1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год
3.3 Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
3.4 Дни здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

Для решения поставленных задач предполагается использование взаимосвязанных методов работы:

1. Наглядные методы, к которым относятся:

- имитация (подражание);

- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;

- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);

- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К словесным методам относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование

хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К практическим методам можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка.

Основной образовательной формой педагогического процесса является развивающая образовательная ситуация на игровой основе. Также следует отметить следующие формы работы с детьми:

- 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.

2.3. Содержание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей.

Система работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья в МАДОУ направлена на создание системы комплексной помощи детям с ограниченными возможностями здоровья, эффективность их реабилитации за счёт доступности образовательной среды, преодоление самоизоляции детей с ограниченными возможностями здоровья и негативного отношения к ним.

Данная система работы обеспечивает - создание в МАДОУ специальных условий воспитания, обучения, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями

здоровья (ОВЗ); - социальную адаптацию и интеграцию детей с особыми образовательными потребностями в общеобразовательном учреждении; - реализацию прав детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), что будет способствовать их полноценному участию в жизни общества. Ожидаемые результаты: - позитивный эффект для уровня качества образования детей с ОВЗ, повышение качества их образования, успешная социализация в обществе.

Содержание коррекционной работы с детьми направлено на коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии различных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья идетьми-инвалидами.

Оказание помощи детям этой категории в освоении Программ обеспечивает: выявление особых образовательныхпотребностей детей, обусловленных их недостатками в физическом и психическом развитии.

Специальные условия обучения и воспитания детей с ограниченными возможностямиздоровья:

– безбарьерная среда их жизнедеятельности;
– использование специальных образовательных программ и методов обучения ивоспитания,
– использование специальных методических пособий и дидактическихматериалов;
– применение технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования,
– проведение групповых и индивидуальных коррекционныхзанятий.

Цель коррекционной работы:

Систематизация, обобщение и обогащение содержания коррекционно-развивающего образования детей с ОВЗ в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Задачи:

1. Создать условия для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармонического включения в коллектив сверстников;
2. Формировать познавательные процессы и способствовать умственной деятельности; усвоению и обогащению знаний о природе и обществе; развитию познавательных интересов и речи как средства познания.
3. Совершенствовать функции формирующегося организма, развивать двигательные навыки, тонкую ручную моторику, зрительно-пространственную координацию.
4. Обеспечить оптимальное вхождение детей с ОВЗ в общественную

жизнь.

5. Формировать у детей эстетического отношения к миру, накоплению эстетических представлений образов, развитию эстетического вкуса, художественных способностей, освоению различных видов художественной деятельности.

Содержание коррекционной работы определяют принципы:

Соблюдение интересов ребёнка. Принцип определяет позицию специалистов, который призван решать проблему ребёнка с максимальной пользой в интересах ребёнка.

Системность. Принцип обеспечивает единство диагностики, коррекции и развития, т.е. системный подход к анализу особенностей развития и коррекции нарушений детей с ОВЗ, а также всесторонний многоуровневый подход специалистов различного профиля, взаимодействие и согласованность их действий в решении проблем ребёнка; участие в данном процессе всех участников образовательного процесса.

Непрерывность. Принцип гарантирует ребёнку и его родителям (законным представителям) непрерывность помощи до решения проблемы или определения подхода к её решению.

Рекомендательный характер оказания помощи. Принцип обеспечивает соблюдение гарантированных законодательством прав родителей (законных представителей) детей с ОВЗ защищать права и интересы детей, включая обязательное согласование с родителями (законными представителями) вопроса о направлении (переводе) детей с ОВЗ в группы общеразвивающей направленности.

Направления работы Программы коррекционной работы на дошкольной ступени образования включает в себя взаимосвязанные направления. Данные направления отражают её основное содержание:

- диагностическая работа обеспечивает своевременное выявление детей с ОВЗ, проведение их комплексного обследования и подготовку рекомендаций по оказанию им психолого-медико-педагогической помощи в условиях образовательного учреждения;

- коррекционно-развивающая работа обеспечивает своевременную специализированную помощь в освоении содержания обучения и коррекцию недостатков детей с ОВЗ в условиях дошкольного образовательного учреждения, способствует формированию коммуникативных, регулятивных, личностных, познавательных навыков;

- консультативная работа обеспечивает непрерывность специального сопровождения детей с ОВЗ и их семей по вопросам реализации, дифференцированных психолого- педагогических условий обучения, воспитания, коррекции, развития и социализации воспитанников;

- информационно – просветительская работа направлена на разъяснительную деятельность по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для детей с ОВЗ, их родителями (законными представителями), педагогическими работниками.

Характеристика содержания.

Диагностическая работа включает:

- своевременное выявление детей с ОВЗ;
- раннюю (с первых дней пребывания ребёнка в МАДОУ) диагностику отклонений в развитии и анализ причин трудностей адаптации;
- комплексный сбор сведений о ребёнке на основании диагностической информации от специалистов разного профиля;
- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития воспитанника с ОВЗ, выявление его резервных возможностей;
- изучение развития эмоционально – волевой сферы и личностных особенностей воспитанников;
- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания детей с ОВЗ;
- изучение адаптивных возможностей и уровня социализации ребёнка с ОВЗ;
- системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития ребёнка;
- анализ успешности коррекционно- развивающей работы.

Коррекционно-развивающая работа включает:

- выбор оптимальных для развития ребёнка с ОВЗ коррекционных программ/ методик и приёмов обучения в соответствии с его особыми потребностями;
- организацию и проведение специалистами индивидуальных и групповых коррекционно – развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений развития и трудностей обучения;
- коррекцию и развитие высших психических функций;
- развитие эмоционально – волевой сферы и личностных сфер ребёнка и психокоррекцию его поведения;
- социальную защиту ребёнка в случаях неблагоприятных условий жизни при психотравмирующих обстоятельствах.

Консультативная работа включает:

- выработку совместных обоснованных рекомендаций по основным направлениям работы с детьми с ОВЗ; единых для всех участников образовательного процесса;
- консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приёмов работы с

воспитанниками с ОВЗ;

- консультативную помощь в семье в вопросах выбора стратегии воспитания и приёмов коррекционного обучения ребёнка с ОВЗ.

Информационно – просветительская работа предусматривает:

- различные формы просветительской деятельности (лекции, индивидуальные беседы, консультирование, анкетирование, индивидуальные практикумы, информационные стенды, печатные материалы, СМИ, презентации), направленные на разъяснение участникам образовательного процесса – детям с ОВЗ, их родителям (законным представителям), педагогическим работникам, – вопросов, связанных с особенностями образовательного процесса и сопровождения.

В МАДОУ предусматривается тесное сотрудничество воспитателей с семьями воспитанников с применением различных методов работы — посредством последовательного информирования родителей о ходе коррекционно-образовательного процесса. Огромное значение для достижения положительной динамики дошкольников с ОВЗ имеет мотивационная заинтересованность родителей, посещение ими консультаций, совместное выполнение коррекционно-развивающих упражнений.

Коррекция и компенсация недостатков у дошкольников с ОВЗ согласно ФГОС ДО обеспечивается объединением усилий педагогов разного профиля — специалистов, каждый из которых отвечает за отдельные показатели возрастного развития.

Взаимодействие со специалистами ДОУ.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Основные направления коррекционно-развивающей работы инструктора по физической культуре:

- развитие мелкой моторики, развитие координации движений, быстроты реакции внимания, памяти, восприятия;
- координация слухового и зрительного анализаторов;
- формирование представлений об окружающем мире, здоровом образе жизни.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателями.

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка.

Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и старшей медсестры.

Задачи взаимосвязи:

1. Коррекция звукопроизношения;
2. Упражнение детей в основных видах движений;
3. Становление координации общей моторики;
4. Умение согласовывать слово и жест;
5. Воспитание умения работать сообща.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя.

Задачи взаимосвязи:

- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- создает у них хорошее настроение;
- помогает активировать умственную деятельность;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В то же время освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для ее осуществления.

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

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах — это дидактические и сюжетно-дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации и пр.

При этом обогащение игрового опыта творческих игр детей тесно связано с содержанием организованной образовательной деятельности.

Коммуникативная деятельность направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, подготовки к обучению грамоте (в старшем дошкольном возрасте). Коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый детьми в других видах деятельности.

Познавательно-исследовательская деятельность включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира (мира взрослых и детей, деятельности людей, знакомство с семьей и взаимоотношениями людей, городом, страной и другими странами), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования), сенсорное и математическое развитие детей.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольной организацией с положениями действующего СанПиН.

Культурные практики.

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках педагогом создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

Совместная играпедагога и детей (сюжетно-ролевая, игры – аттракционы и др.) направлена на обогащение содержания творческих игр,

освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.

Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоциональногоопытаносят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему, близкую детям дошкольного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие. Такие ситуации могут быть реально-практического характера (оказание помощи малышам, старшим), условно-вербального характера (на основе жизненных сюжетов или сюжетов литературных произведений) и имитационно-игровыми. В ситуациях условно-вербального характера педагог обогащает представления детей об опыте разрешения тех или иных проблем, связывает содержание разговора с личным опытом детей. В реально-практических ситуациях дети приобретают опыт проявления заботливого, участливого отношения к людям, принимают участие в важных делах.

Ситуации могут планироваться педагогом заранее, а могут возникать в ответ на события, которые происходят в данный момент, способствовать разрешению возникающих проблем.

Детский досуг— вид деятельности, целенаправленно организуемый инструктором для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются спортивные досуги, согласно перспективному плану праздников и развлечений.

Сетка совместной образовательной деятельности воспитателя и детей, культурных практик в режимных моментах

Формы образовательной деятельности в режимных моментах	**Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю**
	Старшая группа
Общение	
Ситуации общения воспитателя с детьми и накопления положительного социально-эмоционального опыта	*ежедневно*
Беседы и разговоры с детьми по их интересам	*ежедневно*
Игровая деятельность, включая сюжетно-ролевую игру с правилами и другие виды игр	
Досуг здоровья и подвижных игр	*1 раз в 2 недели*
Подвижные игры	*ежедневно*
Познавательная и исследовательская деятельность	
Экскурсии, целевые прогулки	*1 раз в неделю*
Наблюдения за природой (на прогулке)	*ежедневно*
Формы творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие детей	

Чтение литературных произведений	*ежедневно*
Самообслуживание и элементарный бытовой труд	
Самообслуживание	*ежедневно*
Трудовые поручения (индивидуально и подгруппами)	*ежедневно*
Трудовые поручения (общий и совместный труд)	*1 раз в 2 недели*

Сетка самостоятельной деятельности детей в режимных моментах

Режимные моменты	***Распределение времени в течение дня***
	Старшая группа
Игры, общение, деятельность по интересам во время утреннего приема	*От 10 до 50 мин*
Самостоятельные игры в 1-й половине дня (до НОД)	*15 мин*
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке	*От 60 мин до 1ч.40 мин.*
Самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам во 2-й половине дня	*30 мин*
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке	*От 40 мин*
Игры перед уходом домой	*От 15 мин до 50 мин*

2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы.

С учетом содержания Комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство» Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017г.,стр.204.

Материальная база спортивного зала МАДОУ оборудована современным физкультурным оборудованием: массажерами, мягкими модулями, спортивными комплексами, гимнастическими наборами и т.д. Использование этого оборудования позволяет разнообразить занятия по физической культуре, проводить их максимально интересно и эффективно.

Для более успешного проведения данной работы необходимо учитывать возрастные особенности детей. В работе с младшими дошкольниками нужно чаще проводить занятия в форме ситуационных мини – игр, на которых дети имитируют сказочных героев, птиц, животных. Начиная со среднего возраста вводить больше тематических и вариативных физкультурных занятий. С детьми старшего возраста проводить занятия, основанные на гендерных особенностях детей. На этих занятиях дети делятся на «мальчиковую» и «девичью» подгруппы, подбираются определенные двигательно – игровые ситуации, которые способствуют формированию у ребят жизненно важных качеств: у девочек – гибкости, ловкости,

пластичности, у мальчиков – силы, выносливости, быстроты.Определяются игровые интересы и предпочтения мальчиков и девочек. Дети самостоятельно создают игровое пространство, выстраивают сюжет и ход игры, распределяют роли. В совместной игре появляется потребность регулировать взаимоотношения со сверстниками, складываются нормы нравственного поведения, проявляются нравственные чувства. Формируется поведение, опосредованное образом другого человека. В результате взаимодействия и сравнения своего поведения с поведением сверстника у ребенка появляется возможность лучшего осознания самого себя, своего «Я».

Более активно появляется интерес к сотрудничеству, к совместному решению общей задачи. Дети стремятся договариваться между собой для достижения конечной цели. Педагогунеобходимо помогать детям в освоении конкретных способов достижения взаимопонимания на основе учета интересов партнеров.

Интерес старших дошкольников к общению со взрослым не ослабевает. Дети активно стремятся привлечь к себе внимание взрослых, вовлечь в разговор. Детям хочется поделиться своими знаниями, впечатлениями, суждениями. Равноправное общение со взрослым поднимает ребенка в своих глазах, помогает почувствовать свое взросление и компетентность. Содержательное, разнообразное общение взрослых с детьми (познавательное, деловое, личностное) является важнейшим условием их полноценного развития.

Организованная образовательная деятельность с детьми проводится в форме образовательных ситуаций в соответствии с образовательными областями и задачами физического, социально-коммуникативного, познавательного, речевого и художественно-эстетическогоразвития.
Образовательная деятельность носит интегративный, проблемно-игровой характер, предполагает познавательное общение педагога и детей, самостоятельность детей и личностно-ориентированный подход педагога. Активно используются разнообразные виды наглядности, в том числе схемы, наглядно - дидактические пособия. Назначение образовательных ситуаций состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта детей.

2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива семьями воспитанников.

Эффективность результатов реализации Программы усиливается при выполнении главного условия — сотрудничества педагогов с семьей воспитанника как главных заказчиков.

Большое внимание уделяется установлению тесного и постоянного сотрудничества МАДОУ и семьи, позволяющее помочь родителям наладить партнерский диалог со своим ребенком на основе полученных знаний о возрастных психофизиологических закономерностях и индивидуальных особенностях детей.

В связи с неблагополучной эпидемиологической обстановкой из – за вспышки короновирусной инфекции взаимосвязь с родителямипроводятся дистанционно в социальных сетях: WhatsApp, nsportal.ru, на сайте МАДОУ ЦРР - д/с № 18 (madoy_18.ru), в личных и мобильныхконсультацияхпо потребностям родителейна которых организуется целенаправленная работа по пропаганде здорового образа жизни в семье, размещаются памятки, буклеты, рекомендации семейных досугов для детей и родителей.

Взаимодействия с семьями воспитанников.
Младшего дошкольного возраста.

Одним из важных принципов технологии реализации Программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам воспитатель, инструктор по физической культуре определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача любого педагога (воспитателя, логопеда, психолога, инструктора по физической культуре) — заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша.

В общении с родителями инструктор показывает свою заинтересованность в развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие.

Такая позиция любого педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, помогает родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников:

• познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения;

• помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

Среднего дошкольного возраста.

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности. Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности. В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками в жизни дошкольника.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников,

ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

Старшего дошкольного возраста.

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников

Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного, развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

Подготовительной к школе группы.

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками семейных спортивных досугов.

План работы инструктора по физкультуре с родителями
на 2021 – 2022учебный год.

Месяц	Название	Формы и методы работы	Задачи
Сентябрь	Раскрыть Целевые ориентиры в области «Физическое развитие» по возрастным группам.	Консультация.	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями.
	Виды физкультурных		Познакомить родителей с

	занятий и форма одежды.		организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды в детском саду. Выявить запросы родителей по данному направлению. Ознакомить с результатами мониторинга по физическому развитию дошкольников.
	Информация «Роль родителей в укреплении здоровья детей и приобщении их к здоровому образу жизни».	Пополнение информационного стенда ДОУ «Здоровье вашего малыша».	
	Результаты мониторинга на начало учебного года.	Анкетирование. Согласие на мониторинг.	
Октябрь	«Значение утренней гимнастики в развитии двигательной активности дошкольника».	Консультация.	Познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью.
	Информационная работа по профилактике плоскостопия и нарушения осанки.	Буклет.	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.
	«Комплексы упражнений для профилактики плоскостопия и осанки»	Картотека.	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.
Ноябрь	«Как формировать представления о здоровом образе жизни». «Закаливание - первый шаг на пути к здоровью.	Беседа. Консультация.	Расширять знания родителей о формировании здоровом образе жизни. Включить родителей в решение задач закаливания организма ребенка.
	«Играем вместе с ребенком»	Беседа, рекомендации	Познакомить родителей с видами подвижных игр и формами их организации и проведения дома.
	«Спортивный уголок».	Рекомендации.	Познакомить родителей с полезным оборудованием для сохранения и укрепления здоровья детей.
Декабр	«Каким видом спорта можно заниматься».	Буклет. Консультация.	Познакомить родителей с видами спортивных игр и формами их организации и проведения дома.
	«Комплексы	Консультация.	Познакомить родителей с

	оздоровительных упражнений при заболевании верхних и нижних дыхательных путей».	Картотека. Памятки.	методиками дыхательных гимнастик. Обратить внимание родителей на выполнение дыхательной гимнастики, релаксации в домашних условиях.
Январь	«Двигательный режим ребёнка».	Консультация.	Привлекать родителей к организации проведения мероприятий. Пропаганда здорового образа жизни.
	Выставка семейного фотоколлажа, конкурса: «Папа, мама, я - спортивная семья!»	Выставка работ	Устанавливать эмоционально-положительный контакт родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности.
Февраль	Физкультурные упражнения для оздоровления часто болеющих детей»	Консультация.	Обсудить меры по укреплению здоровья часто болеющих детей.
	Праздник: «День защитника отечества!», «Широкая Масленица».	Физкультурный праздник.	Привлекать родителей к участию в жизни ДОУ.
Март	Праздник «Нам не страшны преграды, если мама рядом».	Праздник музыкально-физкультурный.	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия, от двигательно-игровой деятельности детей.
	Игры, которые лечат «Игры для непосед».	Физкультурное развлечение для детей.	Познакомить родителей с подвижными и спортивными играми, через видеоматериал.
	«Физкульт-Ура».	Рекомендации.	Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты. Пропаганда здорового образа жизни.

Апрель	«Роль подвижных игр в оздоровлении детей».	Консультация.	Познакомить родителей с видами игр с обручем и формами их организации и проведения дома.
	День здоровья «Со спортом мы дружим».	Участие родителей в подготовке спортивного участка для проведения развлечений.	Привлекать родителей к организации проведения мероприятий. Пропаганда здорового образа жизни.
	«Движение и здоровье».	Консультация. Беседа.	Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья. Пропаганда здорового образа жизни. Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты.
Май	«Развитие у детей физических качеств в подвижных играх».	Консультация. Выступления на родительских собраниях.	Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в выходные дни.
	«Наши достижения». Подведение итогов физкультурно-оздоровительной работы с летьми.		Подведение итогов физкультурно-оздоровительной работы. Ознакомить с результатами мониторинга на конец учебного года по физическому развитию дошкольников.
Июнь	«День защиты детей»	Физкультурный праздник.	Доставить детям радость общения с родителями Повышать интерес детей к физической культуре Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях

	«Закаливание детей в летний период». «Профилактика нарушений осанки и плоскостопия». «Упражнения для развития правильной осанки».	Буклет. Консультация.	Познакомить родителей с комплексами физкультурных упражнений для формирования правильной осанки. Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия.
Июль	«Организация физкультурно-оздоровительной работы дома в летний период».	Консультация. Памятка.	Расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома. Пропаганда здорового образа жизни.
	«Босиком за здоровьем».	Беседа.	Познакомить родителей с особенностью воздействия на стопу различных грунтов, температуры и качества поверхности.
Август	«Движение и здоровье».	Консультация. Беседа.	Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок здоровья. Пропаганда здорового образа жизни. Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для формирования ловкости, быстроты.

2.7.Особенности организации педагогической диагностики и мониторинга.

Мониторинг проводится 2 раза в год (в сентябре, в мае) группой специалистов (инструктор по физической культуре, медицинской сестрой). В данную группу входят и воспитатели, работающие в данной возрастной группе. Руководство мониторингом осуществляет заведующая или старший воспитатель.

Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении на развитие ребенка.

Мониторинг физического развития дошкольников позволяет инструктору по физической культуре:

– определить уровень физического развития детей на начало и конец года;

– выявить динамику изменения уровня физического развития;

– оценить технику владения основными движениями;

– спланировать индивидуальную работу по формированию физических качеств;

– скорректировать план физкультурно – оздоровительных мероприятий;

– определить упущения в работе по физическому развитию.

Результаты педагогической мониторинга могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования;

2) оптимизации работы с группой детей.

Перед проведением мониторинга инструктору по физической культуре необходимо знать группу здоровья детей, чтобы выявить детей, нуждающихся в индивидуальном подходе, или детей, освобожденных от тестирования; общую оценку физического развития детей и функционального состояния. Педагог оценивает физическую подготовленность детей (уровень сформированных психофизических качеств).

Особенности организации педагогической диагностики и мониторингатесно связано с комплексной образовательной программой дошкольного образования «Детство» » /В.И. Логинова, Т.И. Бабаева, Н.А. Ноткина и др.; под редакцией Т.И. Бабаевой, З.А. Михайловой, Л.М. Гурович: СПб.: Детство Пресс, 2017 г., (с.228).,Грядкина Т.С.- Образовательная область «Физическое развитие» СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016.

Итоги мониторинга рассматриваются на педагогических советах. На основе полученных результатов педагогического мониторинга педагоги корректируют педагогические действия в работе с детьми, выстраивают индивидуальные маршруты развития детей.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы.

Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов освоения Образовательной программы является составной частью образовательной программы.

При составлении мониторинга мы опирались на:

Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ «О разработке основной общеобразовательной программы дошкольного образования» (письмо от 21.10.2010 № 03-248).
Примерный Порядок разработки основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Система мониторинга содержит:

- уровни освоения программы для всех возрастных групп и по всем образовательным областям;
- параметры психического развития – качества, которые показывают развитие ребёнка в плане соответствия конкретному психологическому возрасту (в данном случае младшему, среднему, старшему дошкольному возрасту).

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

Система мониторинга достижений детей.

Тесты для проведения мониторинга скоростных качеств:

Бег на 30 метров со старта.

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 метров, ширина 3 метра). На дорожке отмечается линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых. Один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5-7 метров ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш» - взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка).

Во время короткого отдыха (3-5 минут) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагается две попытки, фиксируется наилучший результат. Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

Тесты для определения скоростно-силовых качеств:

Прыжок в длину с места.

Этот тест можно проводить в физкультурном зале на поролоновом мате, на котором нанесена разметка через каждые 10 сантиметров. Тестирование проводят два человека – первый объясняет задание, следит за тем, как ребенок принял исходное положение для прыжка, дает команду «прыжок»; второй воспитатель замеряет длину прыжка (с помощью сантиметровой ленты).

Ребенок встает у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние. При приземлении нельзя опираться сзади руками. Второй воспитатель измеряет расстояние от линии старта до пятки «ближней ноги» с точностью до 1 сантиметра.

Делается две попытки, в карту заносится лучший результат. Следует давать качественную оценку прыжка по основным элементам движения: исходное положение, энергичное отталкивание ногами, взмах руками при отталкивании, группировка во время полета, мягкое приземление с перекатом с пятки на всю стопу.

Если ребенок после приземления упал или сделал шаг назад, следует засчитывать попытку и фиксировать тот результат, который отмечается в момент постановки ног на опору. Для повышения активности и интереса детей целесообразно разместить несколько ярких предметов на расстоянии 15-20 сантиметров за матом и предложить ребенку допрыгнуть до самого дальнего из них.

Прыжок вверх с места.

Ребенок подпрыгивает вверх, стараясь достать предмет, находящийся выше поднятой руки. Например, воспитатель держит флажок над головой ребенка. Результат определяется с помощью натянутой сантиметровой ленты, прикрепленной к поясу ребенка. В зачет идет лучшая из двух попыток.

Прыжок в длину с разбега.

Ребенок разбегается, при этом его корпус слегка наклонен вперед, руки согнуты в локтях. Приземляться нужно на две полусогнутые ноги с перекатом с пятки на носок. Важно сохранить при этом равновесие. Даются две попытки, между ними отдых (3-5 минут). Фиксируется лучший результат.

Бросок набивного мяча весом 1 килограмм способом из-за головы двумя руками стоя.

Ребенок встает у контрольной линии, берет мяч и бросает его как можно дальше, при этом одна нога впереди, другая сзади. При броске мяча ступни ног ребенка не должны отрываться от пола (земли). Даются два броска подряд, фиксируется лучший результат.

Бросок предмета (80, 150 грамм) удобной рукой.

Метание мяча производится любой рукой, способом «из-за спины через плечо». Метание осуществляется на дорожке шириной 4-5 метров, длиной 20 метров с линиями деления через каждые 0,5 метра. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

Тесты для определения силы и силовой выносливости

Измерение мышечной силы кистей рук с помощью ручного механического динамометра

Перед обследованием необходимо познакомить детей с прибором (динамометром) и рассказать, как им пользоваться. Во время тестирования ребенок принимает исходное положение: стоя, руки опущены вниз. Воспитатель дает указание взять в руку динамометр, при этом рука ребенка опущена и немного отведена в сторону. Затем воспитатель использует игровой прием и предлагает ребенку поднять «сетку картошки» - сильно сжать прибор.

Делается по две попытки каждой рукой, между попытками даются 1-2 минуты отдыха. Результаты измерений фиксируются с точностью до 0,1 килограмма.

Уровни освоения основной общеобразовательной программой дошкольного образования МАДОУ ЦРР - детский сад №18 по образовательной области «Физическая культура».

Четвертый год жизни.

Низкий. Ребенок напряжен, неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании); не умеет действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений: необходим обязательный показ движения. Активно и заинтересованно участвует в подвижных играх.

Средний. Ребенок уверенно, с небольшой помощью воспитателя выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения, соблюдает нужное направление, основную форму и последовательность действий; действует в соответствии с указаниями в общем ритме и темпе; с желанием включается и осваивает новые разнообразные движения; соблюдает правила в подвижных играх.

Высокий. Ребенок уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх; быстро реагирует на сигнал, переключается с одного движения на другое; с большим удовольствием участвует в играх; строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

Пятый год жизни.

Низкий. Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении

показа воспитателя. Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. Ошибок в действиях других не замечает.

Средний. Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнить упражнения на основе предварительного показа. Иногда замечает ошибки при выполнении упражнений и нарушения правил в играх. Увлечен процессом и не всегда обращает внимание на результат. В играх активен, положительно относится ко всем предлагаемым, и особенно новым упражнениям.

Высокий. Ребенок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушения правил в играх. Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность.

Шестой год жизни

Низкий. Ребенок неуверенно выполняет сложные упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Нарушает правила в игре, увлекаясь ее процессом. С трудом сдерживает свои желания, слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, Интерес к физическим упражнениям низкий.

Средний. Ребенок правильно выполняет большинство физических упражнений, но не всегда проявляет должные усилия. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Понимает зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом. Хорошо справляется с ролью водящего, правила не нарушает, но интереса к самостоятельной организации игр не проявляет.

Высокий. Ребенок уверенно, точно, с большим напряжением и хорошей амплитудой, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. Интерес к физическим упражнениям высокий, стойкий.

Седьмой год жизни

Низкий. Ребенок допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. Снижен интерес к физическим упражнениям.

Средний. Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляет при этом должные усилия, активность и

интерес. Способен оценить движения других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Самоконтроль и самооценка непостоянны (эпизодически появляются). Способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников или малышей. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения, комбинации. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

Высокий. Ребенок результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. Самоконтроль и самооценка постоянны. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

Показатели физической подготовленности детей 3-7 лет определяющих уровень физической подготовленности по программе «Детство».

Тесты	Пол	Руки	3-4года		4-5 лет	5-6 лет	6 - 7 лет
Становая сила	М	Правая рука	3,4 -6,2		3,9-7,5кг	6-9 кг	11 кг
		Левая рука	3,1 – 5 5, кг		3,5-7,1 кг	6-8 кг	10,5 кг
	Д	Правая рука	2,6 -5,0 кг		3,1-6,0 кг	6-8 кг	10 кг
		Левая рука	2,5 – 4,9 кг		3,2-5,6 кг	5-7 кг	9 кг
Бег на 30 метров (с)	М	13,5с			10,5-8,5с	9,2-7,9с	7,8-7,0с
	Д				10,7-8,7с	9,8-8,3с	7,8-7,5с
Прыжок в длину с места (см.)	М	4м			60-90 см	100-110 см	116-123 см
	Д				55-93 см	95-104 см	111-123 см
Бросание предмета вес 80 грамм					5м	7,5м	8,5м
Бросание предмета (150г)	М		Начало года	Конец года	(100 г) - 5,5м	(200г) -3,5 -4м	(250г) – 6м
		Правая рука	159см	291см	2,5-4,1 см	3,9-5,7 см	6,7-7,5 см
		Левая рука	128см	226см	2,0-3,4 см	2,4-4,2 см	5,8-6,0 см
	Д	Правая рука	147см	245см	2,4-3,4 см	3,0-4,4 см	4,0-4,6 см
		Левая рука	111см	204см	1,8-2,8 см	2,5-3,5 см	4,0-4,4 см

Бросание мяча весом 1кг.	М	90см	117-185 см	187-270 см	350-470 см
	Д		97-178 см	138-221 см	240-420
Прыжок в длину с разбега		-	-	130 – 150см	180см
Спрыгивание в глубину		20 – 25см	40 см	40см	45см.
Прыжки вверх с места		-	-	25см	30см
Прыжок в высоту с места	М	-	14-18 см	20-26 см	22-25 см
	Д		12-15 см	20-35 см	21-24 см
ЖЕЛ	М	500-800	650-1000	1100-1500	1500-1800
	Д	400-800	650-1000	1100-1400	1300-1800

3. Организационный раздел.

3.1. Описание материально-технического обеспечения Программы.

Спортивный зал оснащен оборудованием и инвентарем для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа.

Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен помещения.

Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность. Тренажёры расположены в углу зала и расставляются по необходимости.

Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики и т. д.) хранятся в секционных шкафах, на специальных полках, стеллажах, в ящиках, корзинах, расположенных также вдоль стен физкультурного зала. Обручи, шнуры, скакалки лучше всего разместить на стене шкафа на специальных крюках.

Оборудование расположено таким образом, что дети могут свободно подходить к нему и самостоятельно им пользоваться.

Обеспеченность образовательного процесса техническими средствами обучения: ноутбук, музыкальный центр.

Информационная справка о спортивном зале.

Расположение	2 этаж
Длина (м)	12
Ширина (м)	9
Площадь (кв. м)	108
Естественное освещение	запад-юг -восток
Количество окон	6
Площадь окон (кв. м)	
Оснащение окон решетками	нет
Искусственное освещение (л.д.с. / л.н.)	л.д.с.
Количество ламп	14

Электророзетки (количество)	2
Пожарная сигнализация / дымоуловители	да
Пол	паркет, ковролин.

На территории ДОУ расположены участки для всех возрастных групп, площадки спортивная, дорожного движения, тропа здоровья, терренкур, экологическая тропа, сад, огород, фитоогород.

В МАДОУ ЦРР-д/с № 18 созданы необходимые условия для обеспечения безопасности воспитанников и сотрудников.

Материально – технические (пространственные) условия организации физической культуры детей.

• Уголки для двигательной активности воспитанников в группе.

• Физкультурный зал.

• Спортивная площадка, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием, участки детского сада.

• Тропа здоровья.

Технические средства обучения:

• магнитофон;

• CD и аудио материал;

• ноутбук.

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Программно-методическое обеспечение программы.

1. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4 - 7 лет по программе «Детство» /авт. – сост. Е.А. Мартынова, Н. А. Давыдова, Н. Р. Кислюк.- Волгоград: Учитель, 2016.
2. Грядкина Т.С.- Образовательная область «Физическое развитие» СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016.
3. Е.А. Мартынова, И.М. Сучкова Физическое развитие, Планирование работы по освоению образовательной области детей 2-4 лет по программе «Детства» Волгоград: Учитель, 2016.

1. Наглядно - дидактические пособия: «Спортивный инвентарь», «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Защитники отечества», «Расскажите детям об олимпийских играх».

3.3. Режимы дня.

Режим работы МАДОУ ЦРР-д/с № 18 ориентирован на потребности и запросы родителей воспитанников: функционируют группы с 10,5 - часовым пребыванием с 7.30 ч. до 18.00 ч.

При проектировании и планировании текущей педагогической деятельности в МАДОУ ЦРР-д/с № 18 особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.), которые целесообразно чередуются;

- организации гибкого режима посещения детьми групп (с учетом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде и пр.);

- проведению гигиенических мероприятий по профилактике утомления отдельных детей с учетом холодного и теплого времени года, изменения биоритмов в течение недели, активности в течение суток.

В детском саду разработаны режимы дня для всех возрастных групп на периоды: теплый, холодный, адаптационный; с учетом возраста детей, соблюден баланс между разными видами деятельности детей, их чередование.

В теплый период (сентябрь, октябрь, апрель, май) в хорошую погоду прием детей, утренняя гимнастика проводится на улице**.** В холодное время года (с ноября по март) в зависимости от погоды время прогулки может быть сокращено до 1 часа. В теплый период (сентябрь, октябрь, апрель, май) время прогулок увеличено до 2 часов – утром и первую половину дня, до 2,5 часов – вечером в зависимости от погоды.

Длительность образовательной деятельности, прогулок, дневного сна соответствуют СанПиН 3.1/2.4 3598-20.

Продолжительность занятия для детей 5 - 6 лет - 25 минут, для детей 6 – 7 лет - 30 минут. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

В теплый период (сентябрь, октябрь, апрель, май) в хорошую погоду образовательная деятельность по физической культуре проводится на свежем воздухе. В теплое время года образовательная и совместная деятельность, а также индивидуальная работа воспитателей и специалистов может быть проведена на улице.

Режим дня в разных возрастных группах.
Младшая группа общеразвивающей направленности «Ромашка».

№	Вид деятельности	Время
1	Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, общение, утренняя гимнастика	7:30-8:30
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8:30-8:50
3	Игры, подготовка к образовательной деятельности	8:50-9:00
4	Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации, включая перерыв)	9:00-9:45 /9:55/
5	Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, общение и самостоятельная деятельность по интересам)	9:45/9:55/-12:00
6	Второй завтрак	10:00-10:10
7	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12:00-12:15
8	Подготовка к обеду, обед	12:15-12:30
9	Подготовка ко сну, дневной сон	12:30-15:30
10	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15:30-15:40
11	Подготовка к полднику, полдник	15:40-15:50
12	Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15:50-16:20
13	Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, уход детей домой.	16:20-18:00

Средняя группа общеразвивающей направленности«Мотылек»

№	Вид деятельности	Время

1	Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, общение, утренняя гимнастика	7:30-8:30
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8:30-8:50
3	Игры, подготовка к образовательной деятельности	8:50-9:00
4	Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации, включая перерыв)	9:00-9:50
5	Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, общение и самостоятельная деятельность по интересам)	9:50-12:10
6	Второй завтрак	10:10-10:20
7	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12:10-12:30
8	Подготовка к обеду, обед	12:30-12:50
9	Подготовка ко сну, дневной сон	12:50-15:20
10	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15:20-15:35
11	Подготовка к полднику, полдник	15:35-15:50
12	Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	15:50-16:20
13	Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, уход детей домой.	16:20-18:00

Старшая группа общеразвивающей направленности «Сказка»

№	Вид деятельности	Время	
		понедельник, вторник, четверг, пятница	*среда,*
1	Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, общение, утренняя гимнастика	7:30-8:30	
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8:30-8:50	
3	Игры, подготовка к образовательной	8:50-9:00	

	деятельности		
4	Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации, включая перерыв)	9:00-10:05	9:00 - 10:15
5	Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, общение и самостоятельная деятельность)	10:05-12:10	10:15-12:15
6	Второй завтрак	10:10-10:20	
7	Возвращение с прогулки	12:10-12:30	
8	Подготовка к обеду, обед	12:30-12:50	
9	Подготовка ко сну, дневной сон	12:50-15:20	
10	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15:20-15:35	
11	Подготовка к полднику, полдник	15:35-15:50	
12	Непосредственно образовательная деятельность (пн, вт., чт, пт,)	15:50 -16:15	
13	Игры, досуги, общение и самостоятельная деятельность по интересам	16:15-16:40	
14	Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, уход детей домой.	16:40-18:00	

Подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности «Малыш»

№	Вид деятельности	Время		
		Понедельник, четверг	*вторник, пятница*	*среда,*
1	Прием и осмотр, самостоятельная деятельность, игры, общение, утренняя гимнастика	7:30-8:30		
2	Подготовка к завтраку, завтрак	8:30-8:50		

3	Игры, подготовка к образовательной деятельности	8:50-9:00		
4	Непосредственно образовательная деятельность (образовательные ситуации, включая перерыв)	9:00-9:30	9:00 - 10:10	9:00-9:30
5	Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, общение и самостоятельная деятельность по интересам)	9:30-11:10	10:10 - 11:45	9:30-11:40
6	Второй завтрак	10:30-10:40		
7	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11:10-11:20		11:40-12:00
8	Непосредственно образовательная деятельность (включая перерыв)	11:20-12:30		12:00-12:30
9	Самостоятельная деятельность, спокойные игры, общение,	12:30-12:40		
10	Подготовка к обеду, обед	12:40-12:50		
11	Подготовка ко сну, дневной сон	12:50-15:20		
12	Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15:20-15:30		
13	Подготовка к полднику, полдник	15:30-15:50		
14	Игры, труд, самостоятельная деятельность, дополнительные образовательные услуги	15:50-16:25		
15	Подготовка к прогулке, прогулка. Игры, уход детей домой.	16:25-18:00		

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий. Модель года (младший возраст)

Время года неделя	***месяц***		
	сентябрь	***октябрь***	***ноябрь***
1 неделя	Я в детском саду	Разноцветный мир.	Наши домашние питомцы
2 неделя	Наша группа	Осеннее настроение	Мы обедаем
3неделя	Моя семья	Вкусные дары осени	Что случилось с

			куклой Машей
4 неделя	Мойдодыр у нас в гостях	Мы гуляем	Мы умеем одеваться
5 неделя	Мой веселый, звонкий мяч		
зима			
	декабрь	***январь***	***февраль***
1 неделя	Из чего сделаны предметы	С горки радостно качусь	Дети играют
2 неделя	Ребятам о зверятах	Зимовье зверей	Мы едем, едем, едем
3неделя	Из чего сделаны предметы	Кукольный домик	Мой папа самый сильный
4 неделя	Зимушка-зима		Накроем праздничный стол
5 неделя	Елка у нас в гостях		
весна			
	март	***апрель***	***май***
1 неделя	Мамин праздник	Домашние помощники	«Треугольник, круг, квадрат: сказка на новый лад»
2 неделя	Весна пришла	Целый день	Цветы на клумбе
3неделя	Весенние ручейки	Веселые матрешки	«У куклы Кати день рождения».
4 неделя	Птицы прилетели	Я расту	В гостях у сказки
5 неделя	Дом, в котором мы живем		Здравствуй, лето!
лето			
	июнь	***июль***	***август***
1 неделя	Здравствуй, лето!	Волшебница вода	В мире животных
2 неделя	Неделя сказок	Неделя семейная	Неделя спорта и здоровья
3неделя	Экологическая неделя	Неделя творчества	Дары лета
4 неделя	Неделя загадок и сюрпризов	Неделя любимой игрушки	Неделя безопасности
5 неделя		Художники	

Модель года (средний возраст)

Время года неделя	***месяц***		
	сентябрь	***октябрь***	***ноябрь***
1 неделя	Впечатление о лете	Из чего сделаны предметы	Ребятам о зверятах
2 неделя	Наш любимый детский сад.	Что нам осень принесла. Овощи и фрукты.	Кулинарные секреты
3неделя	Я и моя семья.	В лес осенний мы пойдем.	Кто работает в детском

			саду.
4 неделя	Уроки Мойдодыра.	Яркие осенние листья.	«Будь осторожен»
5 неделя	Мои любимые игрушки.		
зима			
	декабрь	***январь***	***февраль***
1 неделя	Мальчики и девочки.	Зимние забавы	Мой организм.
2 неделя	Оденемся по погоде	Кто к кормушке прилетел.	Федорино горе
3неделя	Зимовье зверей.	Что я знаю о себе	Мой папа - защитник
4 неделя	Елочка красавица		Профессии наших родителей
5 неделя	К нам приходит Новый год		
весна			
	март	***апрель***	***май***
1 неделя	Мамин день	Мир технических чудес	День Победы в моем городе
2 неделя	Весна идет, весне - дорогу.	Наши любимые книжки	Золотая рыбка
3неделя	Мы путешествуем	Дымковский хоровод	Кукольный домик
4 неделя	Плывет, плывет кораблик	Бабочка - красавица	Я и мои друзья
5 неделя	Растения на подоконнике		Здравствуй, лето!
лето			
	июнь	***июль***	***август***
1 неделя	Здравствуй, лето!	Волшебница вода	В мире животных
2 неделя	Неделя сказок	Неделя семейная	Неделя спорта и здоровья
3неделя	Экологическая неделя	Неделя творчества	Дары лета
4 неделя	Неделя загадок и сюрпризов	Неделя любимой игрушки	Неделя безопасности
5 неделя		Художники	

Модель года (старший возраст)

Время года неделя	***месяц***		
	сентябрь	***октябрь***	***ноябрь***
1 неделя	Впечатления о лете	Дары осени. Овощи. Фрукты.	Страна, в которой я живу
2 неделя	Моя семья.	Дары осени. Откуда хлеб пришел.	Птичий двор.
3неделя	Мой любимый детский сад.	Что нам осень принесла. Грибы. Ягоды.	Мой гардероб.
4 неделя	Мир игрушки	Как мы следы осени искали.	День матери России
5 неделя	Домашние животные.		

зима			
	декабрь	***январь***	***февраль***
1 неделя	Зимующие птицы.	Посуда Федоры.	Город мастеров
2 неделя	Дикие животные и их детеныши.	Скатерть самобранка.	Моя малая Родина
3неделя	Я – человек.	Много мебели в квартире	Защитники Отечества.
4 неделя	В гостях у Деда Мороза		Кем быть?
5 неделя	Зимние забавы.		
весна			
	март	***апрель***	***май***
1 неделя	Моя прекрасная мама.	Моя прекрасная мама.	Бессмертный подвиг.
2 неделя	Весна идет, весне - дорогу.	Весна идет, весне - дорогу.	Мир технических чудес.
3неделя	Крылатые соседи.	Крылатые соседи.	Книжкина неделя
4 неделя	Комнатные растения.	Комнатные растения.	О многих шестиногих.
5 неделя	От кареты до ракеты. Наземный транспорт.	От кареты до ракеты. Наземный транспорт.	Я и мои друзья.
лето			
	июнь	***июль***	***август***
1 неделя	Здравствуй, лето!	Волшебница вода	В мире животных
2 неделя	Неделя сказок	Неделя семейная	Неделя спорта и здоровья
3неделя	Экологическая неделя	Неделя творчества	Дары лета
4 неделя	Неделя загадок и сюрпризов	«Неделя любимой игрушки	Неделя безопасности
5 неделя		Художники	

Модель года (подготовительная к школе группа)

Время года неделя	***месяц***		
	сентябрь	***октябрь***	***ноябрь***
1 неделя	День знаний	Из чего сделаны предметы	Скатерть-самобранка
2 неделя	Что нам осень принесла.	Мой гардероб	Музей - хранитель времени
3неделя	Моя семья	Столовый этикет	Мир технических чудес.
4 неделя	Мир растений	Золотая осень в детском саду.	День матери России
5 неделя	Кем быть?		
зима			
	декабрь	***январь***	***февраль***
1 неделя	Где обедал воробей	Зимние забавы и развлечения.	Моя малая Родина
2 неделя	Здравствуй зимушка-зима.	Разноцветное	Мы – россияне.

		настроение	
3неделя	Жалобная книга природы	Наша улица	День Защитника Отечества.
4 неделя	Новый год приходит к нам		От кареты до ракеты.
5 неделя	В гостях у Деда Мороза.		
весна			
	март	***апрель***	***май***
1 неделя	Моя прекрасная мама.	Здоровый образ жизни	9 Мая – День Победы
2 неделя	Весна идет, весне – дорогу.	Загадки космоса	Путешествие в прошлое книги
3неделя	Крылатые соседи	Народные традиции Кубани	До свиданья детский сад!
4 неделя	Обитатели морей и океанов	О многих шестиногих.	Скоро в школу
5 неделя	Природные явления		Нас много на земном шаре.
лето			
	июнь	***июль***	***август***
1 неделя	Здравствуй, лето!	Волшебница вода	В мире животных
2 неделя	Неделя сказок	Неделя семейная	Неделя спорта и здоровья
3неделя	Экологическая неделя	Неделя творчества	Дары лета
4 неделя	Неделя загадок и сюрпризов	«Неделя любимой игрушки	Неделя безопасности
5 неделя		Художники	

Перспективный план физкультурныхпраздников и развлечений в младшейгруппе «Ромашка».

Дата	***Тема***
08.09.2021	До свидания, лето!
13.10.2021	Здравствуй осень золотая
10.11.2021	Весёлые клоуны
08.12.2021	Путешественники в мире сказок
12.01.2022	В гостях у зимы
09.02.2022	Мой папа самый лучший друг
16.03.2022	Мамина страна
13.04.2022	День здоровья –Мы любим спорт
11.05.2022	Солнечные зайчики
01.06.2022	Праздник «Сегодня праздник для ребят»

Перспективный план физкультурных праздников и развлечений в средней группе «Мотылек».

Дата	***Тема***
08.09.2021	До свидания, лето!
13.10.2021	Здравствуй осень золотая
10.11.2021	Весёлые клоуны
08.12.2021	Путешественники в мире сказок
12.01.2022	В гостях у зимы
09.02.2022	Мой папа самый лучший друг
16.03.2022	Мамина страна
13.04.2022	День здоровья –Мы любим спорт
11.05.2022	Солнечные зайчики
01.06.2022	Праздник «Сегодня праздник для ребят»

Перспективный план физкультурных праздников и развлечений в старшей группе «Сказка».

Дата	***Тема***
15.09.2021	Путешествие по тропе здоровья
20.10.2021	Веселые старты
17.11.20121	Земной поклон вам всем, родные мамы.
15.12.2021	Чудеса под новый год
19.01.2022	Путешествие в зимнее царство
16.02.2022	Мы юные защитники славной Кубани
09.03.2022	Моя мама – лучшая на свете
06.04.2022	В гостях в волшебной Стране здоровья.
18.05.2022	Поиск сокровищ
01.06.2022	Праздник «Дружат дети всей страны, дружат дети всей земли»

Перспективный план физкультурных праздников и развлечений в подготовительной к школе группе «Малыш».

Дата	***Тема***
15.09.2021	Путешествие по тропе здоровья
20.10.2021	Веселые старты
17.11.20121	Земной поклон вам всем, родные мамы.
15.12.2021	Чудеса под новый год
19.01.2022	Путешествие в зимнее царство
16.02.2022	Мы юные защитники славной Кубани

09.03.2022	Моя мама – лучшая на свете
06.04.2022	Я здоровье берегу, сам себе я помогу.
18.05.2022	Поиск сокровищ
01.06.2022	Праздник «Дружат дети всей страны, дружат дети всей земли»

Расписание занятий по физической культуре МАДОУ ЦРР - д/с № 18 на 2021-2022 учебный год (*теплый, холодный период*).

Дни недели	**время**	**занятие**
ПОНЕДЕЛЬНИК	9.00 – 9.20	Мотылек (средняя)
	9.40 -10.05	Сказка (старшая)
	12.00 -12.30	Малыш (подготовительная)
ВТОРНИК	9.40-9.55	Ромашка (младшая)
	11.10-11.40	Солнышко (подготовительная)
	15.50-16.15	Колокольчик (старшая)
СРЕДА	*11.00-12.30*	*Развлечения*
	15.50-16.20	*Развлечения*
	16.40-17.00	*Развлечения*
ЧЕТВЕРГ	9.00 – 9.20	Мотылек (средняя)
	9.40 -10.05	Сказка (старшая)
	12.00 -12.30	Малыш (подготовительная)
ПЯТНИЦА	9.40-9.55	Ромашка (младшая)
	10.25-10.50	Колокольчик (старшая)
	11.10-11.40	Солнышко (подготовительная)

Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы

Блоки физкультурно-оздоровительной работы	***Содержание физкультурно-оздоровительной работы***
Создание условий для двигательной активности	гибкий режим; оснащение (спортинвентарем, оборудованием, наличие спортзала, спортивных уголков в группах); индивидуальный режим пробуждения после дневного сна; подготовка специалистов по двигательной деятельности; консультирование педагогов
Система двигательной активности + + система психологической помощи	Утренняя гимнастика; прием детей на улице в теплое время года; совместная деятельность инструкторов ФК и детей по образовательной области «Физическое развитие» индивидуальная работа детьми; двигательная активность на прогулке; путешествия по Тропе Здоровья; физкультура на улице; подвижные игры; физкультминутки во время совместной деятельности; гимнастика после дневного сна; физкультурные досуги, забавы, игры; оздоровительная физкультура; игры, хороводы, игровые упражнения; оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы; психогимнастика
Система закаливания	утренний прием на свежем воздухе в теплое время года; утренняя гимнастика (разные формы: оздоровительный бег, ритмика, ОРУ, игры); облегченная форма одежды; ходьба босиком в спальне до и после сна; сон с доступом воздуха (+19 °С ... +17 °С); солнечные ванны (в летнее время); обширное умывание; полоскание полости рта прохладной водой
Организация рационального питания	Организация второго завтрака (соки, фрукты); введение овощей и фруктов в обед и полдник; замена продуктов для детей-аллергиков; питьевой режим
Мониторинг уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности, психоэмоционального состояния	Мониторинг уровня физического развития; диспансеризация детей детской поликлиникой; диагностика физической подготовленности; диагностика развития ребенка; обследование психоэмоционального состояния детей педагогом-психологом; обследование учителем-логопедом

Модель физкультурно - оздоровительных мероприятий на день
(дошкольный возраст)

№	Режимные процессы	Мероприятия
1.	**Утро**	Сквозное проветривание помещений
		Соблюдение температурного режима (в течение года)
		Облегченная одежда
		Музыкотерапия, обеспечение психоэмоционального комфорта
		Индивидуальная и подгрупповая работа по развитию движений, развитие мелкой и крупной моторики
		Упражнения для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия
		Утренняя гимнастика
		Артикуляционная гимнастика
		Пальчиковая гимнастика
2.	**Завтрак**	Привитие культурно – гигиенических навыков
		Мытье рук с самомассажем
		Умывание прохладной водой перед приемом пищи
		Воспитание культуры еды
		Полоскание рта после приема пищи
		Обливание проточной водой рук по локоть
3.	**Подготовка к организованной деятельности**	Развитие психомоторики: - пальчиковая гимнастика; дыхательная гимнастика - упражнения для профилактики нарушений зрения
4.	**Организованная деятельность**	НОД физкультурой с включением корригирующих упражнений
		Беседы, викторины на темы по формированию у детей потребности в здоровом образе жизни
		Физкультурные минутки с включением дыхательных, пальчиковых упражнений, элементов самомассажа, релаксационных упражнений
		Перемещение детей в др. помещения (изостудия, спортивный, музыкальный зал и др.)
		Сквозное проветривание помещений
5.	**Прогулка**	Обеспечение теплового комфорта в течение прогулки
		Создание условий для обеспечения двигательной активности детей на прогулке, подвижные игры с учетом ДА детей
		Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности детей (катание на велосипеде, самокате, качелях)
		Интерактивные игры на развитие психических процессов
		Использование элементов психогимнастики (по М.М.Чистяковой)
		Игры для снятия эмоционального напряжения
6.	**Обед**	Привитие культурно – гигиенических навыков
		Умывание прохладной водой перед приемом пищи
		Мытье рук с самомассажем
		Воспитание культуры еды
		Иммуносберегающие мероприятия: - введение в пищу свежего чеснока и лука;

		- очистительные зимние и весенние салаты; - употребление витаминов (по назначению врача) -витаминизация третьего блюда.
		Полоскание полости рта после приема пищи
7.	**Подготовка ко сну**	Музыкотерапия
		Привитие навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков
		Сон при открытых фрамугах
9.	**Подготовка к подъему**	Выкладывание дорожки здоровья
		Подготовка двигательной среды (малые спортивные снаряды, нестандартное оборудование)
10.	**Подъем**	Постепенное пробуждение
		Увеличение сна для ЧБД до 30 мин.
		Упражнения в кровати «Гимнастика маленьких волшебников»
		Игровой самомассаж лица, шеи, рук.
		Дорожка здоровья
		Гигиенические процедуры
11	**Полдник**	Воспитание культуры еды
		Полоскание рта после еды
12.	**Дополнительная развивающая и коррекционная работа**	Оздоровительная гимнастика по профилактике нарушений осанки и плоскостопия
		Упражнения для профилактики нарушений зрения, артикуляционная , пальчиковая гимнастики.
		Музыкально – спортивные праздники, развлечения, досуги
13.	**Прогулка**	Создание условий для организации двигательной активности детей (езда на велосипеде, мячи, обручи, использование нестандартного оборудования)
		Подвижные игры, хороводы, физические упражнения с учетом уровня ДА детей
14.	**Подгрупповая и индивидуальная работа с родителями по проблеме: «Ценности здорового образа жизни»**	«Обеспечение психоэмоционального комфорта в семье»; «Оздоровительно – профилактическая работа»; «Формируем у детей привычку к здоровому образу жизни»; «О профилактике заболеваний» «Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления детей»; «Отдых с ребенком летом»

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

В соответствии с п.3.3.1. ФГОС дошкольного образования развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства и материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

Свойства развивающей предметно-пространственной среды

(в соответствии с ФГОС ДО)

Свойство	Характеристика
Содержательно-насыщенная	Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметнопространственным окружением; возможность самовыражения детей.
Трансформируемая	Предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.
Полифункциональная	Предполагающая возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды – детской мебели, матов, мягких модулей, тренажеры и т.д.
Вариативная	Наличие в организации или группе различных пространств (для игры, упражнений), а также разнообразного оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей; периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.
Доступная	Доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность; свободный доступ детей к оборудованию, пособиям, обеспечивающим все

	основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.
Безопасная	Предполагает соответствие всех элементов предметно-развивающей среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Основные принципы организации среды.

Оборудование спортивного зала должно быть безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Развивающая предметно - пространственная среда должна быть насыщенной, пригодной 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 должно быть безопасным и доступным детям. Оснащение меняться в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала должна выступать как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

Функциональная зона	***Материал и оборудование***	***Применение***
	Групповые помещения	
Раздевалка для детей	• информационные стенды для родителей, с рекомендациями от специалистов • рекламно-информацпонно-учебные стенды для родителей,	• работа с родителями
Центр двигательной активности	• различные дорожки и инвентарь для профилактики плоскостопия • мелкий спортивный и игровой инвентарь • картотеки подвижных игр	• развитие двигательной активности детей; • обучение навыкам основных движений; • развитие крупной и мелкой моторики, координации движений
	Помещения ДОУ	
Функциональная зона	***Оснащение***	
Спортивный зал	• шведские стенки, • спортивный комплекс «Батыр», «Здоровье», • гимнастические скамейки, • спортивный инвентарь (мячи, гимнастические палки, скакалки,	• непосредственная образовательная деятельность, • утренняя гимнастика, • досуговые и праздничные мероприятия • дополнительные платные образовательные услуги,

	кегли, флажки, пирамиды, дуги, обручи, кубы), • тренажеры, • батуты для прыжков, • массажные коврики, массажные мячи, • мягкие модули, • маты, • атрибуты к подвижным и спортивным играм, • велосипеды, самокаты, • объездные ориентиры, • горка, • фитболы, • туннели, • оборудование для спортивных игр, • атрибуты к подвижным играм.	• консультирование педагогов и родителей.
Территория ДОУ		
Групповые участки	• для прогулки: • навесы, • качели, • столы, скамейки • игровые модули, • спортивный инвентарь, • Цветники.	• организация двигательной активности, • наблюдения за живыми и неживыми объектами, • формирование экологических представлений.
Спортивная площадка	• баскетбольные стойки • разметка для метания, • спортивное оборудование для общего физического развития, • беговая дорожка, • Бум.	• организация двигательной активности, • праздники, досуговые мероприятия,
Площадка дорожного движения	• дорожная разметка • выносные знаки дорожного движения	• игровые ситуации по ПДД • праздничные и досуговые мероприятия
Тропа здоровья	• оборудование для преодоления препятствий • деревья, кустарник, цветы	• организация двигательной активности
Территория ДОУ	• информационный стенд • разметка для игр, упражнений «Терренкур» • разметка для утренней гимнастики • розарий • сад, огород • Фитоогород	• организация двигательной активности • формирование экологических представлений, трудовых навыков

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала, спортивной площадки.

№п/п	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
	Физкультурный зал		
1.	Гимнастическая стенка: деревянная - с приставной лестницей - скатом-доской	В-2700мм, Ш.пролета-800мм Диаметр рейки -30мм. Расстояние между рейками 220мм	5шт. 1шт. 1шт.
2.	Роликовая беговая дорожка	Д -1200мм, Ш- 500мм	1шт.
3.	Туннели	Высота 60см	2шт.
4.	Горка пластмассовая детская	Высота 1300	1 шт.
5.	Клюшки пластмассовые	детские	8шт.
6.	Шайбы пластмассовые		4шт.
7.	Флажки разноцветные	250мм	60шт.
8.	Ленточки	400мм	60шт.
9.	Спортивный комплекс Здоровье»	детские	1шт.
10.	Спортивный комплекс «Батыр»,	детские	2шт.
11.	Велосипеды	детские	3шт.
12.	Самокаты	детские	8шт.
13.	Пирамиды	1000мм	2шт.
14.	Кубы	Малый, средний, большой.	по 2 шт.
15.	Тренажеры «Бегущий по волнам»	детские	2шт.
16.	Тренажеры «Мини степ»	детские	2шт.
17.	Батуты для прыжков	детские	2шт.
18.	Мягкие модули		1 набор
19.	Гимнастический мат	2000мм *1380мм*70мм	4шт.
20.	Скамейка гимнастическая	Дл.-2500мм3000мм Ш.-240мм В.-300мм	2шт..
21.	Доска с ребристой поверхностью	Дл-1500мм. Ш-200мм, В-30мм	1шт.
22.	Дуги:	В -600мм, 500мм, 400мм Ш-500мм	3шт.
23.	Канат:	Дл-2700*3000мм	

	Гладкий	Дл 2300мм диаметр 26мм,	4 шт.
24.	Щит баскетбольный навесной с корзиной	Дл-590мм, Ш-450мм, внутренний диаметр корзины -450мм, дл.сетки - 400мм	2шт.
25.	Фитболы	Малые, средние, большие	15 шт.
26.	Мишень для метания: -навесная -напольная (для забрасывания)	Дл-600мм, Ш-600мм, толщина - 15мм Диаметр - 700-1000мм, В - 500мм	1шт. 1шт.
27.	Мячи: большие -средние -малые (резиновые гладкие) -малые (массажные с шипами)	Диаметр-200-250мм 100-120мм 80мм 60-80мм	40шт. 35шт. 40шт. 35шт.
28.	Пластмассовые кубики малые большие	450мм 70мм	20шт. 20шт.
29.	Мячи утяжеленные для развития силы	Масса 1кг	1шт.
30.	Обручи: Малые Средние Большие (пластмассовые) Большие (алюминиевые)	Диаметр 550-650мм 70мм 800– 900мм 1000мм	 30шт. 35шт. 35шт. 20шт.
31.	Палки гимнастические: Короткие средние длинные	 500мм 600мм 1200мм	 30шт. 35шт. 10шт.
32.	Скакалка короткая	1000-1200мм-1500мм	40шт.
33.	Шнур плетеный короткий	750мм	15шт.
34.	Кольцебросы: Напольные Настенные		1шт. 1шт.
35.	Диск «здоровья» детский		1шт.
36.	Кольцо: -плоское	Диаметр 180мм	20шт.
37.	Боксёрские перчатки детские		2пары.
38.	Кегли набор		4шт.
39.	Секундомер		1шт.
40.	Теннисные ракетки и шарики Ракетки для бадминтона, волан		3наб 3наб..
41.	Коврики для профилактики плоскостопия (массажные дорожки)		3шт.
42.	Конусы: малые большие	20см. 50см	12шт. 2шт.
43.	Корзина большая для	Высота 1200мм	

	хранения спортивного оборудования	Диаметр 500мм	6 шт.
44.	Корзина малая для хранения спортивного оборудования для общеразвивающих упражнений	Высота 400мм. Диаметр 450мм	4 шт.
45.	Санки деревянные на роликах	Детские	2 шт.
46.	Лыжи деревянные	детские	4 пары
47.	Степы деревянные	детские	12 шт..
48.	Футбольные ворота	Высота 1200м, ширина1000мм, длина 1500мм	1шт.
49.	Футбольные мячи		10шт.
50.	Баскетбольные мячи		6 шт.
51.	Мешочки с грузом: -для метания -для равновесия	 150-200гр 400гр	 10шт. 20шт.
52.	Погремушки, султанчики, платочки		по 40шт.
53.	Подборка атрибутов и пособий для развлечений	По теме досуга	
54.	Элементы костюмов для подвижных игр (маски, нагрудные картинки)		по теме игр
55.	Авторские пособия и атрибуты		по теме игр
Физкультурная площадка на улице (спортивная площадка)			
56.	пространство для организации подвижных игр, катанию на лыжах, салазках; проведению физкультурных занятий, спортивных праздников на воздухе;	- - -	
57.	беговая дорожка;		
58.	прыжковая яма;		
59.	бревно для равновесия;		
60.	-3-х уровневый бум;		
61.	дорожка змейка;		
62.	стойки железные для метания.		

4. Дополнительный радел.

4.1. Краткая презентация Программы.

Рабочая программа по физической культуре (далее Программа) разработана инструктором по физической культуре Дразковой Еленой Викторовной. Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени дошкольного образования по физическому развитию; обеспечивает достижения воспитанниками готовности к школе.

Программ разработана с учетом Комплексной образовательной программы дошкольного образования «Детство» Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой и др. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»; Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4 - 7 лет по программе «Детство» /авт. – сост. Е.А. Мартынова, Н. А. Давыдова, Н. Р. Кислюк.- Волгоград: Учитель, 2016.; Грядкина Т.С.- Образовательная область «Физическое развитие» СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016; Е.А. Мартынова, И.М. Сучкова Физическое развитие, Планирование работы по освоению образовательной области детей 2-4 лет по программе «Детства» Волгоград: Учитель, 2016.

Программа, нормативный документ, определяющий содержание и организацию образовательной деятельности образовательной области «Физическое развитие» на 2021-2022 гг. для групп общеразвивающей направленности - младшей группе (от 3 до 4 лет), в средней группе (от 4 до 5 лет), в старшей группе (от 5 до 6 лет) и подготовительной к школе группе (от 6 до 7 лет).

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17.10.2013г.;
3. приказом Минобрнауки от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
4. постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-

эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

5. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;

6. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2.

7. основная общеобразовательная программа – основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ ЦРР – д/с № 18 на 2021-2022 год.

Целью Программы является: разностороннее и гармоничное развитие ребёнка, обеспечение его полноценного здоровья, разнообразное развитие движений и физических качеств, формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний, подготовка к жизни в современном обществе.

Задачи реализации Программы:

- Способствовать развитию координационных способностей.
- Содействовать формированию видов движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание и т.д.).
- Формировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- Обеспечивать физическое и психическое благополучие.
- Обеспечивать психолого-педагогической поддержку семьи и повышать компетентность родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- Определить направления для систематического межведомственного взаимодействия, а также взаимодействия педагогических и общественных объединений (в том числе сетевого).

- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни (в закаливании, двигательном режиме, при формировании полезных привычек и др.).

Содержание Программы включает совокупность 5 образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей, реализуются в рамках основных направлений развития ребёнка – физического, социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и предполагает интеграцию образовательных областей и обеспечивают организацию различных видов детской деятельности в соответствии с ФГОС дошкольного образования.

Структура Программы соответствует федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования и включает 3 раздела: целевой, содержательный, организационный.

В целевом разделе Программы описаны особенности контингента детей каждой возрастной группы. Представлены целевые ориентиры и планируемые результаты освоения программы.

Содержательный раздел представляет общее содержание программы, обеспечивающий полноценное развитие детей, в который входит:

- содержание психолого – педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие» для детей от 3 до 7 лет;
- описание форм, способов, методов и средств реализации ОРП ДО;
- интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими областями;
- описание взаимодействия инструктора с специалистами ДОУ (старшей медсестрой,воспитатели, музыкальным руководителем);
- описание взаимодействия инструктора с родителями (законными представителями).

Организационный раздел содержит описание условий реализации программы, а именно материально – технического обеспечения программы, обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания, двигательный режим, расписание организованной образовательной деятельности.

Эффективность результатов реализации рабочей программы усиливается при выполнении главного условия — сотрудничества педагогов с семьей воспитанника как главных заказчиков.

Большое внимание уделяется установлению тесного и постоянного сотрудничества МАДОУ и семьи, позволяющее помочь родителям наладить партнерский диалог со своим ребенком на основе полученных знаний о возрастных психофизиологических закономерностях и индивидуальных особенностях детей.

В связи с неблагополучной эпидемиологической обстановкой из – за вспышки короновируснойинфекциивзаимосвязь с родителямипроводятся дистанционно в социальных сетях: WhatsApp, nsportal.ru, на сайте МАДОУ ЦРР - д/с № 18 (madoy_18.ru), в личных и мобильныхконсультацияхпо потребностям родителейна которых организуется целенаправленная работа по пропаганде здорового образа жизни в семье, размещаются памятки, буклеты, рекомендации семейных досугов для детей и родителей.

Взаимодействия с семьями воспитанников.

Младшего дошкольного возраста.

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам воспитатель, инструктор по физической культуре определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача любого педагога (воспитателя, логопеда, психолога, инструктора по физической культуре) — заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша.

В общении с родителями инструктор показывает свою заинтересованность в развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие.

Такая позиция любого педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, помогает родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников:

• познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения;

• помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших

дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

Среднего дошкольного возраста.

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности. Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности. В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками в жизни дошкольника.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

Старшего дошкольного возраста.

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников

Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного, развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

Подготовительной к школе группы.

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками семейных спортивных досугов.

Приложение.

План реализации Программы.

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы «Ромашка»

Сентябрь

	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
1	**№ 1** 03.09.2021	Я в детском саду	Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструктором, бегать врассыпную; упражнять в прыжках на 2 ногах в длину с места, Учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площадки. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость). тренировать носовое дыхание.	Ходьба и бег всей группой, парами за инструктором, бег врас-сыпную.	Без предметов №1	**Равновесие:** ходьба и бег между двумя линиями *(расстояние 20 см).* **Прыжки** на двух ногах в длину с места*(2—3 раза).*	1.Лошадки № 8 2. Найди себе пару №14	М/и: Великаны и гномы № 65
2	**№ 2** 07.09.2021**№ 3** 10.09.2021	Наша группа	Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструкто-ром, бегать врассыпную; упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в метаниинабивного мяча вдаль, беге на скорость. Развивать внимание, движения, речь, умение ориентиро-ваться в пространстве; тренировать носовое дыхание, смыкание губ. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба и бег небольшими группами в одном направлении за инструкто-ром; бег врассыпную	Без предметов №1	**Прыжки** на двух ногах на месте (подпрыгивание) *(2—3 раза).* **Метание:** набивного мяча в даль. 3 раза. **Бег** 30 м.	1. Позвони в колокольчик №1 2. «Солнышко и дождик» №2	М/ и «Скажи и покажи» №59

3	**№ 4** 14.09.2021**№ 5** 17.09.2021	Моя семья	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, всей группой, парами за инструктором, в подлезании под шнур на четвереньках, в прыжках на двух ногах на месте. Развивать внимание, движения, речь, умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба и бег колонной по одному всей группой, парами за инструктором	С лентами №2	**Прыжки** на двух ногах на месте (подпрыгивание) *(2—3 раза).* **Лазание:**подлезание под шнур *(высота шнура от пола 50 см)* на четвереньках с опорой на ладони и колени *(3-4 раза).*	1.Через ручеёк №3 2. Бегите ко мне №4	М/и «Мой весёлый звонкий мяч» №60
4	**№ 6** 21.09.2021**№ 7** 24.09.2021	Мойдодыр у нас в гостях	Учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площадки; знакомить с действиями с мячом(как держать мяч двумя руками, переносить его на другую сторону зала, прокатывать вперед, догонять и поднимать вверх, скатывать по наклонной доске)	Ходьба и бег небольшими группами в одном направлении за инструктором; бег врассыпную	Без предметов №3	**Метание**: прокатывание мяча двумя руками от черты в прямом направлении; скатывание мяча по наклонной доске. **Равновесие:** ходьба и бег между двумя линиями *(расстояние 20 см).*	1.Запаслие хомячки №5 2. Такси №6	М/и: угадай кто кричит №61
5	**№ 8** 28.09.2021 **№ 9** 01.10 2021	Мой веселый звонкий мяч	Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструктором, бегать врассыпную; упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в ползании на четвереньках по прямой (с опорой на ладони и колени), в прокатывании мяча по скамейке от черты, придерживая его одной, двумя руками. Развивать внимание, движения, речь, умение ориентироваться в пространстве; тренировать носовое дыхание, смыкание губ.	Ходьба и бег колонной по одному всей группой, парами за инструктором	платочек № 4	**Прыжки** на двух ногах на месте (подпрыгивание) *(2—3 раза).* **Метание:** прокатывание мяча по скамейке с придерживанием его одной или двумя руками вперед от черты. **Лазание:** ползание на четвереньках по прямой с опорой на ладони и колени на расстояние 4-5 м.	1.Самолеты №7 2.Лошадки №8	М/и: Найди свой цвет № 62

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы «Ромашка».Октябрь

	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
6	**№ 10** 05.10.2021 **№ 11** 08.10 2021	Разноцветный мир	Упражнять в перепрыгивании через шнур; закреплять умения катать мяч друг другу, стоя на коленях, под лазить под шнур; учит ловить мяч от инструктора; развивать внимание.	Ходьба и бег по кругу друг за другом вокруг кубиков. С остановкой по сигналу; бег врассыпную, ходьба с приседанием	Мяч № 7	**Метание:** катание мяча от себя друг другу, стоя на коленях *(расстояние между детьми 1,5 м)*\ ловля мяча от инструктора *(расстояние между ребенком и инструктором 70-100 см).* **Лазание:** подлезание под шнур на четвереньках с опорой на ладони и колени *(высота шнура от пола 40-50 см).*	1. Лягушки №13 2. найди себе пару №14	М/и: великаны и гномы №65
7	**№ 12** 12.10.2021 **№ 13** 15.10 2021	Осенние настроение	Закрепить умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков, с остановкой по сигналу, повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов	Ходьба и бег по кругу друг за другом, вокруг кубиков с остановкой по сигналу, ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен.	кубики № 5	**Равновесие:** ходьба и бег между двумя линиями *(расстояние 20 см).* **Прыжки:** перепрыгивание через шнур, положенный на пол. **Лазание:** подлезание под дугу *(высота дуги 50 см).*	1.Перелет птиц № 9 2.Букет листьев № 10	М/и Деревья и птицы № 63

8	**№ 14** 19.10. 2021 **№ 15** 22.10 2021	Вкусные дары осени	Закрепить умение ходить и бегать по кругу вокруг предметов, в под лазании под дуги, в метании; сохранять равновесие при ходьбе по доске.	Ходьба и бег по кругу друг за другом, вокруг кубиков с остановкой по сигналу, ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен.	Без предметов №3	**Метание:** перекатывание мяча друг другу в парах в положении сидя, ноги врозь *(расстояние между детьми 1-1,5 м)*\ прокатывание в парах мяча в ворота из положения стоя расстояние между детьми 1,5 м. **Лазание:** ползание на четвереньках по прямой (расстояние 5 м) под лазание под дуги (высота дуги 40- 50 см). **Равновесие**: ходьба по доске *(ширина доски 20 см).*	1. Кошки и мыши № 11 2. Огуречик, огуречик № 12	М/и Пузырь №64
9	**№ 16** 26.10 2021 **№ 17** 29.10. 2021	Мы гуляем	Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, в прыжках на двух ногах с про-движением вперед,ходьбе и беге между двумя линиями. Учить бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль;раз-вивать внимание.	Ходьба и бег по кругу друг за другом вокруг кубиков. С остановкой по сигналу; бег врассыпную, ходьба с приседанием.	Малый обруч №8	**Равновесие:** ходьба и бег между двумя линиями *(расстояние 20 см).* **Прыжки** на двух ногах с продвижением вперед (на расстояние 1,5-2 м). **Метание:** бросание мяча двумя руками из-за головы вдаль;	1.Догони мяч №15 2. Воробышки и кот №16	поиграем №66

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы«Ромашка»
Ноябрь

	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
10	**№ 18** 02.11. 2021	Наши домашние питомцы	Закрепить умение ходить и бегать по кругу вокруг предметов, между двумя линиями; учить перепрыгивать через шнур, расположенный на полу**,** подлезание под шнур (дуги) на присядках.	Ходьба по кругу друг за другом с переходом на бег и наоборот; ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, в полу приседе.	Без предметов № 6	**Лазание:** подлезание под шнур на присядках (четвереньках) 50 см). **Прыжки:** перепрыгивание через шнур, положенный на пол. **Равновесие:** ходьба и бег между двумя линиями *(расстояние 20 см).*	1Наседка и цыплята № 17 2.Гуси №18	М/и Найди цыпленка № 67
11	**№ 19** 09.11. 2021 **№ 20** 12.11 2021	Мы обедаем	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в прокатывании мяча друг другу, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; развивать силу и глазомер; способствовать развитию внимания, движения, речь, умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба по кругу друг за другом с переходом на бег и наоборот; ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманиемколен, в полу приседе.	Кубики №9	**Равновесие:** ходьба и бег между двумя линиями *(расстояние 20 см).* **Прыжки** на двух ногах с продвижением вперед *(на расстояние 1,5—* 2 м).	1.Найди свой цвет №19 2.Школа мяча № 20	М/п: Береги предмет №68

12	**№ 21** 16.11. 2021 **№ 22** 19.11 2021	Что случилось с куклой Машей	Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в сохранении устойчивого равновесия в ползании под веревку, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч; учить подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его.	Ходьба и бег змейкой; руки по команде инструктора (вверх, к плечам, в стороны, вперед, на поясе), бег *(1,5 минуты)*	Без предметов №10	**Метание:** прокатывание мяча между предметами; бросание и ловля мяча от инструктора *(расстояние от инструктора до ребенка 70-100 см);* подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его. **Лазание:** подлезание под веревку на четвереньках *(высота веревки от пола 40—50 см).*	1. Дорожки №21 2. Птички летают № 22	М/п Покажи что я назову № 69
13	**№ 23** 23.11. 2021 **№ 24** 26.11 2021	Мы умеем одеваться	Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную используя всю площадь зала, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в подлезании на четвереньках под дуги; учить ходить змейкой, прыгатьв обруч.	Ходьба и бег по кругу друг за другом, врассыпную; ходьба на носках на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой.	Малый обруч № 11	**Равновесие:** ходьба по доске, расположенной на полу *(ширина доски 20 см).* **Прыжки** из обруча в обруч (диаметр обруча 30 см).	1. Рыбаки и рыбки №23 2.Цветные автомобили № 24	

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы«Ромашка»

Декабрь

	дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

14	**№ 25** 30.11. 2021 **№ 26** 03.12 2021	Из чего сделаны предметы	Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную. Используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча; закреплять умение ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты.	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу, врассыпную; ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы, змейкой.	Платочек №12	**Прыжки:** мягкое спрыгивание на полусогнутые ноги со скамейки *(высота скамейки 20 см).* **Метание:** катание мяча друг другу в приседе на корточках *(расстояние между детьми 1,5 м)*\отбивание мяча о пол. **Лазание:**подлезание под дугу *(высота дуги 40 см)* на четвереньках.	1. По ровной дорожке №21 2. Воробушки и кот № 15	М/и: Великаны и гномы № 65
15	**№ 27** 07.12. 2021 **№ 28** 10.12. 2021	Ребятам о зверятах	Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, бросать и ловить мяч, отбивать мяч от пола; закреплять умение бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль; закреплять подлезание под дугу на четвереньках.	Ходьба и бег по кругу друг за другом, врассыпную; ходьба на носках на пятках, с высоким подниманием колен, змейкой.	Без предметов №6	**Метание:** ловля мяча от инструктора и бросание его обратно инструктору *(расстояние от ребенка до инструктора 70-100 см);* бросание мяча двумя руками из-за головы вдаль; отбивание мяча о пол. **Лазание:** подлезание под дугу на четвереньках *(высота дуги 40-50 см).*	1.ёж и ежата №25 2. Лохматый пес №26	М/и: Где спрятался мышонок №71

16	**№ 29** 14.12.2021 **№ 30** 17.12.2021	Из чего сделаны предметы	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в прокатывании мяча; закреплять умения ходить змейкой; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость и глазомер.	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу, врассыпную; ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы, змейкой.	Шнур № 13	**Равновесие:** ходьба по доске *(ширина доски 20 см).* **Метание**: катание мяча друг другу в приседе на корточках *(расстояние между детьми 1,5 м)*\отбивание мяча о пол.	1.Мороз красный нос № 27 2. Зайцы и волк № 28	М/и:Снежинки и ветер №72
17	**№ 31** 21.12.2021 **№ 32** 24.12.2021	Зимушка зима	Учить построению парами и ходьбе в парах, пролезать в обруч на четвереньках; закреплять умение правильно координировать движения рук и ног при скатывании мяча по наклонной доске и подбрасывании мяча вверх.	Построение и ходьба парами по кругу, не держась за руки; бег врассыпную; ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом с продвижением в сторону.	Без предметов №14	**Метание**: скатывание мяча по наклонной доске; подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его. **Лазание:**пролезание в обруч на четвереньках (обруч в вертикальном положении на полу). ,	1. Зима пришла №29 2. Зайка беленький сидит №30	М/и: Пингвины на льдине №73
18	**№ 33** 28.12.2021	Елка у нас в гостях	Упражнять в построении и ходьбе парами по кругу, не держась за руки, бегу врассыпную; ходьбе на носках, пятках; продолжать учить сохранять равновесие при ходьбе по доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед и спрыгивании с куба.	Построение и ходьба парами по кругу, не держась за руки; бег врассыпную; ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом с продвижением в сторону.	Мяч№15	**Равновесие:** ходьба по доске, руки на поясе *(ширина доски 20 см).* **Прыжки:** спрыгивание с куба *(высота куба 20 см);* прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	1. Пройди не сбей № 31 2. Берегись заморожу № 32	М/п Кто быстрее доползет до мяча №74

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы«Ромашка»

Январь

	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
19	**№ 34** 11.01. 2022 **№ 35** 14.01 2022	С горки радостно качусь	Упражнять в ходьбе и беге,ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, в ходьбе парами, в метании, лазанье; закреплять умение перебрасывать мяч друг другу в парах.	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, парами, с выполнением заданий для рук (руки вперед, в стороны, к плечам, вверх), бег врассыпную.	Мяч № 16	**Метание:** бросание мяча двумя руками о пол и ловля его; перебрасывание мяча друг другу в парах *(расстояние между детьми 1,5 м).* **Лазание:**подлезание под шнур *(высота шнура от пола 40—50 см).*	1. Зайка беленький сидит №30 2. Влезь на лесенку №33	М/и: Весёлые медвежата №76
20	**№ 36** 18.01. 2022 **№ 37** 21.01 2022	Зимовье зверей	Учить ходить переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч,	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий инструктора по его сигналу (на носках, на месте с высоким подниманием бедра, ходьба парами, с приседанием); бег врассыпную	С мячом № 7	**Равновесие:** ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (расстояние между мячами 10-15 см.). **Метание:** бросание мяча двумя руками о пол и ловля его; перебрасывание мяча друг другу в парах (расстояние между детьми 1,5 м).	1. Снежки №34 2. Мыши и кот №35	М/и: Снежок №77
21	**№ 38** 25.01. 2022 **№ 39**	Кукольный домик	Учить ходить переменным шагом через шнуры; в прокатывании мяча	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий инструктора по его сигналу (на носках, на месте с высоким	Кубики №17	**Прыжки** из обруча в обруч (диаметр обруча 30 см). **Лазание:**подлезание под дугу (высота дуги 40 см). **Равновесие:** ходьба с	1. Брегись, заморожу №36 1. Кролики и	М/и Угадай кто кричит № 61

	28.01. 2022		между предметами, впод лазании под дуги; развивать глазомер и ловкость	подниманием бедра, ходьба парами, с приседанием); бег врассыпную.		перешагиванием через шнуры, лежащие на полу.	сторож №37	

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы«Ромашка»

Февраль

	дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
22	**№ 40** 01.02. 2022 **№ 41** 04.02 2022	Дети играют	Учить ходить переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч,	Ходьба в колонне по одному. По сигналу, ходьба в рассыпную, построение в колонну по одному, бег до 1,5 мин. в умеренном темпе с изменением направления движения, ходьба в колонне по 1. Перестроение в3 колонны.	Без предметов № 10	**Прыжки** на двух ногах вокруг себя, чередуя с ходьбой на месте. **Лазание:**подлезание под палку(высота палки от пола 40-50 см).	1Медвежата №38 2. Снежиночкипушиночки № 39	М/п: Снежки №72

23	**№ 42** 08.02. 2022 **№ 43** 11.02 2022	Мы едем, едем, едем.	Закреплять умение правильно координировать движение рук и ног, сохранять равновесие при ходьбе по доске; упражнять в мягком приземлении при прыжках с продвижением вперед.	Ходьба парами на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом вперед; ходьба и бег с остановкой по сигналу.	Косички № 18	**Равновесие:** ходьба по ребристой доске, руки на поясе. **Метание:** отбивание мяча о пол; перекатывание мяча друг другу двумя руками в парах, стоя на коленях (расстояние между детьми 1,5 м).	1.Такси № 6 2. Трамвай № 40	М/и: Едет, едет паровоз№75
24	**№ 44** 15.02. 2022 **№ 45** 18.02. 2022	Мой папа самый сильный	Закреплять умение ходить с перешагиванием через набивные мячи; упражнять в прокатывании мяча. Упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задании инструктора по его сиг налу бег врассыпную, ходьба парами.	С обручем №20	**Равновесие:** ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки в стороны (расстояние между мячами 10-15 см). **Метание:** катание мяча по полу друг другу в положении стоя (расстояние между детьми 1,5 м);	1. Самолёты № 17 2. Поезд № 41	М/и: Великаны и гномы № 65
25	**№ 46** 22.02 2022 **№ 47** 25.02 2022	Накроем праздничный стол	Учить прыгать в длину с места, лазать по наклонной ле-сенке; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную.	Ходьба по кругу парами, на носках, на пятках, с высоким поднима-нием колен, с при-седанием; ходьба и бег врассыпную	без предметов № 1	**Прыжки** в длину с места до предмета (расстояние от черты до предмета 40—50 см). 3 – 5 раз. **Лазание** по наклонной лестнице вверх-вниз (на высоту трех реек). 1 раз.	1. У медведя во бору. №42 2.Из кружка в кружок №43	М/ и Мы топаем ногами №80

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшейгруппы «Ромашка»

Март

	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
26	**№ 48** 01.03 2022 **№ 49** 04.03 2022	Мамин праздник	Учить ходить по шнуру, отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками, после удара об стену; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную.	Ходьба по кругу парами, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с приседанием; ходьба и бег врассыпную.	Мяч №21	**Равновесие:** ходьба по шнуру, расположенному ровно на полу (длина шнура 3 м). **Метание:** отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками после удара о стену.	1.Скворцы № 44 2. Перебежки № 45	М/и Пузырь № 64
27	**№ 50** 08.03. 2022 **№ 51** 11.03. 2022	Весна пришла	Упражнять в ходьбе колонной парами, в прыжках в длину с места, в лазании по наклонной лестнице.	Ходьба по кругу парами, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с приседанием; ходьба и бег врассыпную	Без предметов № 14	**Прыжки** в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 45 см). **Лазание** по лестнице вверх-вниз (на высоту 4 реек); подлезание под палку (высота палки от пола 40-50 см).	1. Лягушки ловят жучков №46 2. Солнышко и дождик №2	М/и: Мой весёлый звонкий мяч №60
28	**№ 52** 15.03. 2022 **№ 53** 18.03 2022	Весенние ручейки	Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в прокатывании и сбивании мячом кегли; учить ходить по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	Ходьба в колонне по одному, с раз воротом в противоположную сторону по сигналу инструктора; бег врассыпную.	Ленточки № 2	**Равновесие:** ходьба по шнуру, выложенному по кругу на полу (длина шнура 4 м). **Метание:** игровое упражнение «Прокати и сбей»; сбивание мячом кегли (расстояние от ребенка до кегли 1—1,5 м).	1. Мыши в кладовой №47 2. /Спящая лиса № 48	М/и: Воздушный шар №70

29	**№ 54** 22.03. 2022 **№ 55** 25.03 2022	Птицы прилетели	Упражнять в ходьбе в колонне с перешагиванием через шнуры. Закреплять умение правильно координировать движения рук и ног, прилазани по гимнастической стенке; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по скамейке.	Ходьба в колонне с перешагиванием через шнуры (расстояние 1 шаг). Бег в рассыпную.	Без предметов № 6	**Прыжки** из обруча в обруч (диаметр обруча 30 см). **Равновесие:** ходьба по буму, руки в стороны. (2—3 раза).	1. Журавли и лягушки №49 2. Скворцы № 44	М/и: Поймай комара № 82
30	**№ 56** 29.03. 2022 **№ 57** 01.04 2022	Дом в котором мы живем	Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу с выполнением заданий; развивать координацию движений при ходьбе по гимнастической скамейке; закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его,отбивать мяч о пол; учить перебрасывать мяч через веревку.	Ходьба на носках, на пятках, с одной стороны зала на другую, с приседанием.	С обручем № 22	**Равновесие:** ходьба по гимнастической скамейке(буму)со свободными движениями рук (высота скамейки 15-20 см). **Метание:** бросание мяча о пол и ловля его двумя руками; подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; перебрасывание мяча через веревку с расстояния 1,5 м (высота веревки над полом — на уровне глаз детей).	1. Сидячий футбол №50 2. Кролики и сторож №37	М/и Угадай ,кто кричит № 61

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы«Ромашка»

Апрель

	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

31	**№ 58** 05.04. 2022 **№ 59** 08.04 2022	Домашние помощники	Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу, врассыпную, в ползании по скамейке на четвереньках; закреплять мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места.	Ходьба и бег по кругу, врассыпную.	Без предметов №10	**Прыжки:** перепрыгивание через шнур (высота шнура над полом - 5 см). **Метание:** ловля мяча от инструктора *(расстояние между ребенком и инструктором 70-100 см).* 2 раза.	1. Догони обруч № 51 2. Брось дальше № 52	М/и: Кто тише № 83
32	**№ 60** 12.04 2022 **№ 61** 15.04 2022	Целый день	Упражнять в ходьбе и беге парами, учить ходить и бегать со сменой ведущего; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; закреплять умения энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди.	Ходьба и бег парами; бег со сменой ведущего.	Без предметов №1	**Равновесие:** ходьба с перешагиванием через кубики, руки на пояс (расстояние между ними 15 см). **Метание:** катание мяча по полу, не отрывая от него рук, в колонне по одному; бросание мяча двумя руками от груди вдаль	1. Найди свой домик №53 2. Воробышки и кот №16	М/иПузырь № 64
33	**№ 62** 19.04. 2022 **№ 63** 22.04. 2022	Весёлые матрешки	Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках, в лазании по наклонной лестнице.	Ходьба и бег с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, врассыпную, в колонне по одному.	Короткий шнур № 23	**Прыжки** из обруча в обруч на двух ногах. **Лазание** по наклонной лестнице вверх-вниз (на высоту 4 реек).	1. Кто быстрее добежит до флажка № 54 2. Метко в цель №55	М/и: Солнышко и дождик № 85

34	**№ 64** 26.04. 2022 **№ 65** 29.04. 2022	Я расту	Упражнять в ходьбе и беге, в метании; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.	Ходьба в колонне с высоким подниманием колен, бег врассыпную.	С платочком № 4	**Равновесие:** ходьба по буму (высота бума 15—20 см). **Метание:** отбивание мяча о пол и ловля его двумя рука ми; перебрасывание мяча друг другу в парах (расстояние между детьми 1,5—2 м).	1. Найди свой цвет №19 2.Огуречик огуречик №12	М/и Поймай бабочку №84

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре младшей группы«Ромашка». Май

	дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
35	**№ 66** 06.05. 2022	Треугольник круг квадрат: сказки на новый лад	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в подлезании под шнур, в пере-прыгивании через шнур.	Ходьба и бег парами; перестроение в колонну по одному; бег со сменой ведущего	Без предметов № 14	**Прыжки:** перепрыгивание через шнур (высота шнура над полом 5 см). **Метание:** бросание мяча двумя руками из-за головы вдаль;	1. Самолёты №7 2. Через ручеёк № 3	М/п Мой веселый звонкий мяч № 60
36	**№ 67** 13.05. 2022	Цветы на клумбе	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную с нахождением своего места, в прыжках через скакалку, в подлезании под дугу; развивать ловкость; воспитывать смелость. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба и бег по кругу; бег врассыпную с нахождением своего места в колонне	Мяч №15	**Лазание:**подлезание под 3-4 дуги (высота дуг 40 см) **Прыжки** на двух ногах через неподвижную скакалку в длину с места. .	1. Догони мяч № 56 2. Наседка и цыплята № 17	М/и: Где спрятался мышонок №71

37	**№ 68** 17.05 2022 **№ 69** 20.05 2022	У куклы Кати день рожденья	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, развивать ловкость; воспитывать сме-лость.и выносливость).	Ходьба и бег в колонне по 1,выполняя задание по сигналу	Кубики №17	**Прыжки** на 2-х ногах в длину с места) *(2—3 раза)*.. **Метание** набивного мяча в даль) *(2—3 раза).*	1.Угощаю арбузом №57 2.Хохлатка №58	М/и Угадай кто кричит? №61
38	**№ 70** 24.05 2022 **№ 71** 27.05 2022	«В гостях у сказки»	Упражнять в ходьбе и беге по кругу; прыжках на двух ногах в длину с места, упражнять в прокатывании мяча по скамейке, Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба на носках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведе-нием носков, пяток врозь; в полуприседе; с крестным шагом; подскоки; дыхательные упражнения; быстрый бег; легкий бег змей-кой.	Мяч №19	**Прыжки** на двух ногах вокруг себя; на 2-х ногах в длину с места) *(2—3 раза).* **Метание:** прокатывание мяча по скамейке (придерживать мяч руками). **Бег** 30 м.	1. Воробышки и кот №16 2.Цветные автомобили № 24	М/ и Найди зайку №79
39	**№ 72** 31.05 2022	Здравствуй лето!	Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость). Развивать координацию и точность движения. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях.	Ходьба и бег по кругу, врассыпную.	Султанчики №24	**Равновесие:**ходьба между 2-мя линиями ширина 20см. **Метание** набивного мяча в даль) *(2—3 раза).*	1. Найди свой цвет №19 2. Кролики и сторож №37	М/и: Пузырь № 64

Перспективно – тематическое планирование занятий пофизической культуресредней группы «Мотылек»
Сентябрь

№ п/п	дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
1	**№ 1** 02.09.2021	«Впечатления о лете».	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, упражнять в ползании под веревку; закреплять умения в прыжках в длину с места. Развивать ловкость; воспитывать смелость.и выносливость в играх.	Ходьба в колонне по 1, ходьба и бег врассыпную между предметами, ходьба в колонне по 1 на носках.	без предметов № 4	**Лазание:**подлезание под веревку, не касаясь пола руками. **Прыжки** в длину с места до ориентира. 3 раза.	1. «Мой веселый звонкий мяч» № 3, 2. «У медведя во бору» № 11,	М/ и: «Море волнуется» № 68
2	**№ 2** 06.09.2021 **№ 3** 09.09.2021	«Наш любимый детский сад»	Упражнять в равновесии, в бросании мяча вдаль двумя рука ми из-за головы, от груди, из разных положений; закреплять умения катать обруч между предметами. Выявить уровень физического развития детей (меткость, быстроту и выносливость).	Ходьба на носочках, руки в стороны; на пятках, руки на поясе; с поднимании бедра, «муравьишки» (средние четвереньки на ладонях и коленях).	с обручем № 1	**Равновесие:** ходьба по скамейке (буму) *(высота скамейки 30 см),* по «следам», из обруча в обруч. **Метание:** бросание набивного мяча вдаль двумя руками из-за головы, от груди, из разных положений (стоя, сидя); **Бег** 30 м.	1. «Гуси – гуси» № 1, 2. «Домашние птицы» № 2	М/ и «Тишина у пруда» № 72
3	**№ 4** 13.09.2021	«Я и моя семья»	Упражнять в подбрасывании мяча вверх	Ходьба на носках, руки в стороны, с	без предметов	**Прыжки** в длину с места до ориентира. 3 раза.	1. «Найди себе пару» № 7,	М/и: «Узнай кто

	№ 5 16.09.2021		и ловле его, в отбивании мяча о пол и ловле его двумя руками, в равновесии, в прыжках в длину с места.Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость).	подниманием бедра, с разведением носков врозь, с разведением пяток врозь.	№ 2	**Равновесие:** ходьба с перешагиванием через набивные мячи. **Метание:** подбрасывание и ловля мяча; отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками.	2.«Мяч через веревку» № 8	позвал?» № 71
4	**№ 6** 20.09.2021 **№ 7** 23.09.2021	«Уроки Мойдодыра».	Упражнять в равновесии, в подлезании под шнур; закреплять умения бросать мяч из-за головы и ловить его в парах.	Обычная ходьба; легкий бег, бег врассыпную; дыхательные упражнения.	С большим мячом № 3	**Равновесие:** по веревке боком. **Метание:** бросание мяча снизу и из-за головы и ловля его в парах (расстояние между детьми 1,5 м). **Лазание:**подлезание под шнур, не касаясь пола руками (расстояние от пола до шнура 40 см).	1. «Солнышко и дождик»№ 5, 2. «Цветные автомобили» № 6	М/ и: «Прокати не отпусти» № 73
5	**№ 8** 27.09. 2021 **№ 9** 30.10 2021	«Мои любимые игрушки».	Упражнять в равновесии, в ползании под дугами; закреплять умения в прыжках.	Ходьба в колонне по 1, ходьба и бег врассыпную между предметами, ходьба в колонне по 1 на носках.	без предметов № 4	**Равновесие:** по «следам», из обруча в обруч. **Лазание:** ползание под дугами *(3 дуги высотой 40 см на расстоянии 1,5 м друг от друга).* **Прыжки** на 2-х ногах; на правой, левой ноге между предмета 3м.	1. «Мой веселый звонкий мяч» № 3, 2. «Кегли» № 4	М/ и «Найди игрушку» № 88

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек»

Октябрь

№ п/п	дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключи-тельная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
6	**№ 10** 04.10. 2021 **№ 11** 07.10 2021	«Из чего сделаны предметы».	Учить бросать из-за головы через сетку; упражнять в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках на двух ногах между стойками.	Ходьба на носках, на пятках, спиной вперед, обычная ходьба; легкий бег, бег.	с гимнастической палкой № 8	**Метание:** бросание мяча из-за головы через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребенка). **Лазание** по гимнастической лестнице (на высоту 2 м).**Прыжки** на 2-х ногах между стойками- 3м.	1. «Птицы в клетке» № 13, 2. «Кто быстрее добежит до флажка?» № 14	М/ и «Найди игрушку» № 88
7	**№ 12** 11.10. 2021 **№ 13** 14.10 2021	«Что нам осень принесла. Овощи и фрукты».	Упражнять в прыжках через препятствие, в катании мяча перед собой двумя руками по полу; закреплять умение, подлезать под веревку, не касаясь руками пола.	Ходьба на носках, на пятках, спиной вперед, с перешагиванием через предметы, обычная; легкий бег, быстрый бег,	с платочком № 5	**Прыжки** на 2-х ногах, через 5-6 шнуров расстояние 40 см **Метание:** катание мяча перед собой одной, двумя руками по полу. **Лазание:**подлезание под веревку, не касаясь пола руками.	1. «Сбери урожай» № 9, 2. «Быстрый конь» № 10	М/и «Антошка» № 81

8	**№ 14** 18.10. 2021 **№ 15** 21.10 2021	«В лес осенний мы пойдем».	Упражнять в равновесии, закреплять умение прокатывать мяч между двумя линиями; учить перебрасывать мяч друг другу по кругу из-за головы, бросать мяч от головы через сетку.	Ходьба на носках, на пятках, легкий бег, бег врассыпную; дыхательные упражнения.	с обручем № 6	**Равновесие:** ходьба по веревке прямо, боком. **Лазание:** прокатывание мяча между двумя линиями на расстояние 2-3 м (расстояние между линиями 15-20 см). **Метание:** бросание мяча от груди через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребенка, высота веревки от пола 60 см).	1. «У медведя во бору» № 11, 2. «Скворушки» № 12	М/ и: «Назови ласково» № 80
9	**№ 16** 25.10 2021 **№ 17** 28.10. 2021	«Яркие осенние листья».	Учить отбивать мяч о пол одной рукой; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперед через веревку.	Ходьба на носках, на пятках, наружных сторонах стоп, с приседанием, руки на поясе, обычная ходьба; легкий бег, бег.	с большим мячом № 7	**Равновесие:** а) ходьба по скамейке (буму); б) по веревке боком. **Прыжки** через лежащую на полу веревку боком с продвижением вперед. **Метание:** отбивание мяча правой и левой руками о пол (3-4 раза подряд),	1.«В лесу: перебежки» № 15, 2. «Найди свое дерево» № 16	М/ и: «Море волнуется» № 68

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек»
Ноябрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

10	**№ 18** 01.11. 2021	«Ребятам о зверятах»	Упражнять в равновесии; закреплять умения спрыгивать с высоты 20-25 см, прыгать в высоту до предмета, катать мяч друг другу; развивать мелкие мышцы рук.	Ходьба на носках, пятках, правым и левым боком, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, дыхательные упражнения.	с мячом № 9	**Равновесие:** ходьба по скамейке (высота скамейки 35 см) с перешагиванием через набивные мячи. **Прыжки:** спрыгивание с высоты 20-30 см; упражнение «Достань платочек»; прыжок в высоту (платочек на 15 см выше поднятой руки ребенка). **Метание:** катание мяча друг другу из разных положений (сидя, стоя) на расстояние 1,5 м.	1. «Пастух и стадо» № 17, 2. «Волк и зайцы» № 18	М/ и: «Чьи дети? » № 79
11	**№ 19** 08.11. 2021 **№ 20** 11.11 2021	«Кулинарные секреты».	Упражнять в равновесии, лазании по гимнастической лестнице; закреплять умения катать мяч; развивать мелкие мышцы рук.	Ходьба на носках, пятках, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег, дыхательные упражнения.	с кубиком № 10	**Равновесие:** по веревке боком. **Метание:** скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет. **Лазание** по гимнастической лестнице (на высоту 2 м).	1. «Отнесем овощи в погреб» № 19, 2. «Огуречик, огуречик» № 20	М/ и: «Назови ласково» № 80
12	**№ 21** 15.11. 2021 **№ 22** 18.11 2021	«Кто работает в детском саду».	Учить бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы в баскетбольное кольцо; упражнять в мягком приземлении при спрыгивании с кубов, в	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки на плечах; обычная ходьба с остановкой для выполнения упражнения на дыхание по методу	с обручем № 11	**Равновесие:** перешагивание через предметы (высота предметов 15-20 см, расстояние между предметами 70 см). **Прыжки:** спрыгивание с кубов (высота кубов 30 см). **Метание:** бросание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди, из-за головы с расстояния 1,5-2 м (высота	1. «Мы веселые ребята» № 21 , 2. «С кочки на кочку» № 22	М/и: «Где мы были мы не скажем , а что делали покажем» № 77

			перешагивании с предмета на предмет.	К. Бутейко «нырнуть» под воду и долго не «выныривать»; легкий бег.		баскетбольного кольца от пола 1,5 м).		
13	**№ 23** 22.11. 2021 **№ 24** 25.11 2021	«Будь осторожен».	Учить ползать на животе. по полу; упражнять в прыжках на, в перешагивании с предмета на предмет, в ходьбе по наклонной доске.	Ходьба на носках, легкий бег, «муравьишки, «обезьянки», спиной вперед, прыжки вперед на двух ногах, быстрый бег.	с малым мячом № 12	**Прыжки** на 2-х ногах 5-6 шнуров расстояние 40 см **Равновесие:** перешагивание через предметы (высота предметов 15-20 см, расстояние между предметами 70 см); ходьба по наклонной доске (высота поднятого края доски 30 см от пола, ширина доски 25 см). **Лазание:** упражнение «Разведчики»; ползание на животе по полу.	1. «Лиса в курятнике» № 24, 2. «Школа мяча» № 23	М/и: « Поймай комара» № 83

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек»

Декабрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

14	**№ 25** 29.11. 2021 **№ 26** 02.12 2021	«Мальчики и девочки»	Продолжать упражнять ходьбе в колонне по одному и бегу врассыпную. Развивать координацию движения при ходьбе по канату. Закреплять умения в прыжках на двух ногах, бросании мяча двумя руками от груди через сетку.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную, ходьба в колонне на носках.	с большим мячом № 13	**Равновесие:**ходьба по канату, пятки на канате носки на полу; **Прыжки** на 2-х ногах с продвижением вперед 2м. **Метание:**бросание мяча двумя руками от груди через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребенка),	1. «Найди себе пару» № 7, 2.«Золушка» № 26	М/и: «Прокати не отпусти» № 73
15	**№ 27** 06.12. 2021 **№ 28** 09.12. 2021	«Оденемся по погоде».	Упражнять в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе; закреплять умения скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет.	Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, спиной вперед; ходьба и бег парами в колонне; обычная ходьба; легкий бег;	с гимнастической палкой № 14	**Прыжки** в длину с места до ориентира *(расстояние от черты до ориентира 50 см).* **Метание:** скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет **Лазание:** ползание по скамейке на животе *(высота скамейки 20-25 см).*	1. « Ловишки – перебежки» № 27, 2. «Охотник и зайцы» № 28	М/ и: «Холодно - жарко» № 76
16	**№ 29** 13.12.2021 **№ 30** 16.12.2021	«Зимовье зверей».	Упражнять в равновесии; закреплять умения бросать мяч из-за головы через сетку.	Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, правым и левым боком, «обезьянки», ходьба и бег парами в колонне; обычная ходьба.	с кубиком № 15	**Метание:** бросание мяча из-за головы через сетку с расстояния 1,5 м *(верхний край сетки на высоте вытянутой руки ребенка).* **Равновесие:** ходьба по «следам», по веревке боком.	1. «Бездомный заяц» № 29, 2. «Пингвины» № 30	М/и: «Совушка» № 78
17	**№ 31** 20.12. 2021	«Елочка красавица».	Упражнять в прыжках, в метании; развивать	Ходьба в полуприседе, с разведением носков врозь, с	с большим мячом № 16	**Прыжки** через предметы (высота предметов 5-10 см). **Метание:** бросание мяча двумя	1. «Зайка беленький сидит» № 31,	М/ и «Найди игрушку»

	№ 32 23.12.2021		координацию движений, мелкие мышцы руки.	разведением пяток врозь, в полуприседе, обычная ходьба; легкий бег, бег врассыпную с остановкой по сигналу инструктора.		руками от груди через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребенка). **Лазание:** прокатывание мяча головой вперед из положения на четвереньках, стараясь не отпускать мяч далеко от себя, при необходимости придерживая его рукой.	2. «Гонки снежных комьев» № 32	№ 88
18	**№ 33** 27.12.2021 **№ 34** 30.12.2021	«К нам приходит новый год!»	Упражнять и равновесии, в прокатывании мяча между предметами и двумя руками от груди через сетку; развивать координацию движений, мелкие мышцы руки.	Ходьба на носках, пятках, левым и правым боком, обычная ходьба; легкий бег, бег врассыпную с остановкой по сигналу инструктора.	с гимнастической палкой № 17	**Равновесие:** перешагивание через кегли по прямой (расстояниемежду кеглями 70-80 см). **Метание:** прокатывание мяча между предметами на расстояние 1,5 м (расстояние между предметами 40-50 см);	1. «Снежки» № 33, 2.«Метелица» № 34	М/ и «Игра со снежком» № 85

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек»
Январь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

19	**№ 35** 10.01. 2022 **№ 36** 13.01 2022	«Зимние забавы».	Упражнять в равновесии; закреплять умения прыгать на двух ногах через предметы, спрыгивать со скамейки, ползать по наклонной доске (вверх и вниз) на четвереньках, отбивать мяч одной рукой о пол, метать в горизонтальную цель правой и левой рукой	Ходьба на носочках, руки вверх, на пятках, правым и левым боком, «муравьишки», «обезьянки», с разведением носков врозь, с выполнением упражнения на дыхание (детям предлагается «нырнуть» под воду за рыбкой и долго не «выныривать»); легкий бег, быстрый бег.	без предмето № 18	**Прыжки** на двух ногах через набивные мячи. **Метание:** отбивание мяча правой и левой руками о пол (4-5 раз подряд), **Лазание:** ползание по наклонной доске вверх и вниз на четвереньках (высота поднятого края доски 35 см, ширина доски 15 см).	«Снежиночи-пушиночки» № 35, «Чьи сани быстрее придут» № 36	«Совушка» № 78
20	**№ 37** 17.01. 2022 **№ 38** 20.01 2022	«Кто к кормуш-ке прилетел».	Упражнять в метании, в равновесии, в прыжках в прыжках со скамейки.	Ходьба на носочках, руки вверх, на пятках, «муравьишки», «обезь-янки», обычная ходьба; прыжки на двух ногах, бег, бег спиной вперед.	с гимнастической палкой № 20	**Прыжки**со скамейки (высота скамейки 20 см). . Равновесие: ходьба по ребристой доске. **Метание:** метание в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м правой и левой руками.	1. «Кошка и птичка» № 39, 2. «Воробушки» № 40	М/и: «Летает – не летает» № 89
21	**№ 39** 24.01. 2022 **№ 40** 27.01. 2022	«Что я знаю о себе»	Упражнять в равновесии, в прыжках через обручи, в подлезании под веревкой прямо и боком.	Ходьба на носочках, руки вверх, на пятках, с раз ведением носков врозь, пяток врозь, в полуприседе, обычная ходьба; бег, бег спиной вперед.	с мячом среднего размера № 21	**Равновесие:** ходьба по веревке, приставляя пальцы одной ноги к пятке другой ноги. Прыжки на двух ногах через обручи. **Лазание:**подлезание под веревкой прямо и боком (высота веревки от пола 40-50 см).	1. «Снежинки и ветер» № 41, 2. «Гонки снежных комьев» № 32	М/ и «Найди игрушку» № 88

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек»
Февраль

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
22	**№ 41** 31.01. 2022 **№ 42** 03.02 2022	«Мой организм».	Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в спрыгивании с высоты, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в отбивании о пол правой и левой рукой и ловле после отскока, закреплять умение выполнять основные виды движения в быстром темпе.	Ходьба на носочках, на пятках, подскоки, «раки» (сидя, ноги согнуты в коленях, руки в упоре сзади, на руках и ногах и приподнятыми ягодицами над полом с продвижением вперед ногами или руками), «обезьянки» обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; бег спиной вперед, легкий бег.	с большим мячом № 22	**Равновесие:** ходьба по скамейке, по веревке боком. **Прыжки** в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 50-60 см)', **Метание:** подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; отбивание о пол и ловля двумя руками**.**	1«Мы веселые ребята» № 21 , 2.«На одной ножке вдоль дорожки» № 42	М/ и: «Великаны и гномы» № 86

23	**№ 43** 07.02. 2022 **№ 44** 10.02 2022	«Федорино горе».	Упражнять, в прыжках в высоту, в спрыгивании с высоты, в пролезании в обруч прямо и боком, в скатывании мяча по наклонной доске с попаданием в предмет; закреплять умение выполнять основные виды движения в быстром темпе; учить катать мяч двумя руками.	Ходьба на носочках, руки в стороны, на пятках, подскоки, в полуприседе, обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; легкий бег.	с кубиком № 23	**Прыжки** спрыгивание с высоты 25 см; прыжки в высоту до предмета (предмет на высоте 10-15 см от поднятой руки ребенка). **Метание:** прокатывание мяча двумя руками, правой и левой руками перед собой по полу; скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет. **Лазание:**пролезание в обруч прямо и боком (обруч приподнят над полом на 10 см).	1. «Один – много № 43, 2. «Чайник» № 44	М/и: «Чего нет?» № 67 .
24	**№ 45** 14.02. 2022 **№ 46** 17.02. 2022	«Мой папа защитник».	Развивать координацию движения; упражнять в прыжках со скамейки, в ползании на четвереньках; закреплять умение перебрасывать мяч двумя и одной руками через препятствия пальцами от себя, к себе.	Ходьба на носочках, руки на пятках, руки за голову, приставным шагом боком, змейкой, обычная ходьба; быстрый бег; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	с мячом № 25	**Прыжки** со скамейки (высота скамейки 20-25 см). **Метание:** перебрасывание мяча двумя и одной руками через препятствия с расстояния 2 м. **Лазание:** прокатывание мяча головой вперед из положения на четвереньках, стараясь не отпускать мяч далеко от себя, при необходимости придерживая его рукой.	1. «Самолеты» № 46, 2. «Салют» № 47	М/и: «Играй, играй, обруч не теряй!» № 74

25	**№ 47** 21.02 2022 **№ 48** 24.02 2022	«Профессии наших родителей».	Развивать координацию движения; упражнять в равновесии, в прыжках со скамейки, в подбрасывании мяча вверх и ловле двумя руками, в ударениях о пол и ловле после отскока.	Ходьба на носочках, «муравьишки», спиной вперед, в полуприседе, обычная ходьба; быстрый бег; прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	с гимнастической палкой № 24	**Равновесие:** ходьба по ребристой доске; по наклонной доске (высота приподнятого края доски 30 см, ширина доски 25 см). **Прыжки** со скамейки (высота скамейки 20-25 см). **Метание:** подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; отбивание мяча о пол и ловля его после отскока двумя руками.	1. «Пилоты» № 45, 2. «Грузовик» № 63	М/и: «Где мы были мы не скажем , а что делали покажем» № 77

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек»
Март

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

26	**№ 49** 28.02 2022 **№ 50** 03.03 2022	«Мамин день»	Упражнять в равновесии, в прыжках из обруча в обруч, , в лазании по лестнице, в катании обруча между предметами; пролезать прямо и боком в обруч.	Ходьба на носочках, руки на поясе, на пятках; ходьба в полуприседе, руки вперед, «обезьянки», ходьба врассыпную; дыхательные упражнения (стоя, ладонь на животе, вдох – живот выпятить вперед, задержка дыхания, выдох черезплотно сжитые зубы с произнесением звука [с]);	с обручем № 27	**Равновесие:** ходьба по скамейке боком (высота скамейки 20-25 см), по веревке прямо. **Прыжки** на двух ногах из обруча в обруч. **Лазание** по лестнице вверх-вниз приставным и чередующимся шагами на высоту 1,2-1,5 м. пролезание прямо и боком в обруч (обруч приподнят над полом на высоту 10 см.	1. «Лиса в курятнике» № 24, 2«Мышеловка» № 49	М/и: «Узнай по голосу» № 71
27	**№ 51** 07.03. 2022 **№ 52** 10.03. 2022	«Весна идет, весне - дорогу».	Упражнять в равновесии, в катании обруча между предметами; закреплять умения лазать по лестнице приставным и чередующимся шагом.	Ходьба на носочках, руки на поясе, на пятках, ходьба в полуприседе, руки вперед; дыхательные упражнения (стоя, ладонь на животе, вдох – живот выпятить вперед, задержка дыхания, выдох черезплотно сжитые зубы с произнесением звука [с]); боковой галоп правым и левым боком.	с большим мячом № 28	**Равновесие:** ходьба по веревке прямо. **Метание:** прокатывание обруча между предметами (расстояние между предметами 40-50 см). **Лазание** по лестнице вверх-вниз приставным и чередующимся шагами на высоту 1,2-1,5 м.	1. «Бездомный заяц» № 29, 2. «Ловишки – перебежки» № 27,	М/ и: «Великаны и гномы» № 86

28	**№ 53** 14.03. 2022 **№ 54** 17.03 2022	«Мы путешес-твуем»	Упражнять в беге змейкой между предметами, в рав-новесии, в метании; закреплять умение прыгать в длину с места.	Ходьба и бег змей-кой между предметами; ходьба с заданиями (руки на пояс, к плечам, в стороны, за спину), приставным шагом, «обезьянки»; бег в ускоренном и за-медленном темпе дыхательные упражнения.	с гимнастиче ской палкой № 29	**Равновесие:** перешагивание через кегли (расстояние между кеглями 70 см), ходьба и бег по наклонной доске (высота приподнятого края доски 30 см, ширина доски 25 см). **Прыжки** в длину с места до ори-ентира (расстояние 60 см). **Метание:** катание мяча в парах из разных положений (стоя, сидя) (расстояние между детьми 1,5 м)', бросание и ловля мяча снизу, из- за головы в парах (расстояниемежду детьми 1,5 м).	1. «Не задень» № 50, 2. «Волк и зайцы» № 18	М/и: «Где мы были мы не скажем , а что делали покажем» № 77
29	**№ 55** 21.03. 2022 **№ 56** 24.03 2022	«Плывет, плывет кораблик»	Упражнять в беге змейкой между предметами, в рав-новесии, в метании; закреплять умение прыгать в длину с места.	Ходьба и бег змей-кой между предметами;, врассыпную, обычная ходьба; ды-хательные упражнения ,боко-вой галоп правым и левым боком; бег в ускоренном и за-медленном темпе.	с мячом № 30	**Лазание:** упражнение «Жучок». Описание: сидя на полу, руки в упоре сзади за спиной, ноги вместе, согнуты в коленях. Ползти, продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги. **Метание:** катание мяча в парах из разных положений (стоя, сидя) (расстояние между детьми 1,5 м)', бросание и ловля мяча снизу, из- за головы в парах (расстояниемежду детьми 1,5 м). **Прыжки**в длину с места.	1.«Лягушки и цапли» № 64, 2. «Утята» № 51	М/и: «Все спортом зани-маются» № 66
30	**№ 57** 28.03. 2022 **№ 58** 31.03	«Растения на подокон-нике»	Учить играм с эле-ментами соревно-вания; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо из-за	Ходьба на носках, на пятках, приста-вным шагом, «обезьянки», «муравьишки», с разведением нос-ков	с обручем № 32	**Прыжки** через веревку боком. **Метание:** бросание мяча от груди, из-за головы в баскетбольное кольцо с расстояния 1,5-2 м (бас-кетбольное кольцо на высоте 1,5 м).	1. «Солнышко и дождик» № 5, 2. «Огуречик, огуречик»	М/и: «Один – много» № 75»

	2022		головы, от груди; упражнять в лазании по гимнастической стенке, в прыжках через веревку боком.	врозь, обычная ходьба; дыхательные упражнения; бег, быстрый бег, бег с захлестыванием го лени.		**Лазание:** лазание по гимнастической стенке.	№ 20	

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек»
Апрель

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
31	**№ 59** 04.04. 2022 **№ 60** 07.04 2022	«Мир технических чудес»	Закреплять умения выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко, метать; учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места.	Ходьба на носках, на внешнем своде стопы, в полу приседе, с выпадами, обычная ходьба; легкий бег, бег спиной вперед; дыхательные упражнения.	с большим мячом № 31	**Равновесие:** ходьба по канату прямо и боком приставным шагом. **Прыжки** в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 60 см). **Метание:** через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки над полом на высоте поднятой руки ребенка).	1.«Поезд» № 52, 2. «Цветные автомобили» № 6	М/и: «Кто прыгает?» № 82

32	**№ 61** 11.04 2022 **№ 62** 14.04 2022	«Наши любимые книжки».	Развивать координацию движений; упражнять в равновесии, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в ударениях о пол и ловле после отскока от пола, в равновесии, в прыжках в длину с места; учить прыгать через короткую скакалку.	Ходьба, на четвереньках, «обезьянки»; легкий бег, бег (1-2 круга), обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком.	с мячом большого размера № 35	**Равновесие:** ходьба по скамейке через предметы (высота предметов 15-20 см). **Прыжки** через короткую скакалку, в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 60 - 70 см) **Метание:** подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; отбивание о пол правой и левой руками и ловля после отскока.	1. «Ловишки» № 57, 2. «Хитрая лиса» № 58	М/и: «Совушка» № 78
33	**№ 63** 18.04. 2022 **№ 64** 21.04. 2022	«Дымковский хоровод»	Упражнять при выполнении основных видов движений осознанно, быстро и ловко, метать, лазать; учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; упражнять в прыжках в длину с места.	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках; легкий бег, быстрый бег,; прыжки на двух ногах; дыхательное упражнение«Ку-ка-ре-ку» (дети стоят прямо ноги врозь, руки опущены, поднимают руки в стороны, хлопают ими по бедрам и на выдохе произносят: «Ку-ка-ре-ку»)	с гимнастической палкой № 34	**Прыжки** в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 60 см). **Метание:** бросание мяча из-за головы с разных положений (сидя, стоя); **Лазание:** упражнение «Муравьи» (ползание по полу с опорой на предплечья и колени).	1. «Догони свою пару» № 55, 2**. «Грачи и автомобиль» № 56**	М/и: «Земля, вода, воздух, огонь» № 69
34	**№ 65** 25.04 2022 **№ 66**	«Бабочка – красавица»	Учить играм с элементами соревнования; закреплять	Ходьба в колонне по одному, чередующаяся с бегом по сигналу, перестроение в пары,	с ленточками (косички) № 33	**Равновесие:** ходьба по ребристой доске, по гимнастической скамейке с	**1. «Поймай комара» № 53,** 2. «Мяч по	М/и: «Придумай фигуру» № 70

	28.04 2022		умение ходьбе по ребристой доске, по гимнастической скамейке с мешочком на голове; упражнять в прыжках в длину с места, через веревку боком, в пролезании прямо и боком в обруч.	ходьба и бег врассыпную.		мешочком на голове (высота скамейки 20-25 см). **Прыжки** в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 60 см). **Лазание:**пролезание прямо и боком в обруч (обруч приподнят над полом на высоту 10 см).	скамейке» № 54	

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре средней группы «Мотылек».Май

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
35	**№ 67** 05.05 2022	«День победы в моем городе»	Учить выполнять выразительные движения в соответствии с музы кой; закреплять умение выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко; упражнять в прыжках через веревку боком.	Ходьба на носочках, руки вверх, на пятках, в полуприседе, руки вперед, с высоким подниманием колен, руки вытянуты вперед, дыхательное упражнение «Отдых» (медленно вдохнуть и медленно выдохнуть).	с мячом среднего размера № 36	**Прыжки** через веревку боком с продвижением вперед. **Метание:** метание мешочков вдаль правой и левой руками от плеча в вертикальную цель с расстояния 1,5-2 м (высота мишени 1,5 м). **Лазание:** упражнение «Жучок». (Сидя на полу, руки в упоре сзади за спиной, ноги вместе, согнуты в коленях. Ползти, продвигаясь вперед, сгибая и выпрямляя ноги.)	1. **«Снайпер» № 59,** 2. «Переправа» № 60	М/и: « Найди и промол-чи» № 87

36	**№ 68** 12.05 2022	«Золотая рыбка».	Продолжать учить играть в игры с элементами соревнования; закреплять умение выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко; упражнять в прыжках через веревку боком продвижением вперед.	Ходьба на носочках, руки вверх, на пятках, «обезьянки», «раки»; ходьба и бег змейкой; дыхательное упражнение «Отдых» (медленно вдохнуть и медленно выдохнуть).	с обручем № 37	**Равновесие:** ходьба по ребристой доске; ходьба и бег по наклонной доске (высота поднятого края доски 35 см, ширина доски 15 см). **Прыжки** через веревку боком с продвижением вперед.	1. «Не задень» № 50, 2. «Догони свою пару» № 55,	М/и: «Море волнуется» № 68
37	**№ 69** 16.05 2022 **№ 70** 19.05 2022	«Кукольный домик»	Упражнять в беге по кругу взявшись за руки; закреплять умение выполнять основные виды движения в быстром темпе; продолжать учить катать мяч двумя руками. в прыжках на двух ногах Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба и бег по кругу, врассыпную перестроение в круг, бег по кругу взявшись за руки, с изменением направления движения.	С платочком № 26	**Метание**: прокатывание мяча змейкой меж 5-6 стойками двумя руками 5 метров; метаниенабивного мяча вдаль. **Прыжки** на 2-х ногах в длину с места, 3 раза.	1.«Лошадка» № 48, 2. **«Ловишка» (с ленточками) № 25**	М/и: «Придумай фигуру» № 70
38	**№ 71** 23.05 2022 **№ 72** 26.05 2022	«Я и мои друзья».	Развивать координацию движений; упражнять в равновесии, в метаниинабивного мяча в даль; бросание мяча от груди через сетку, в прыжках в длину с места. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость). Развивать координацию и точность движения. Воспитание	Ходьба и бег в колонне по 1,выполняя задание по сигналу	с мячом большого размера № 38	**Прыжки** на 2-х ногах в длину с места, 3 раза. **Метание:** бросание мяча от груди через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребенка). **Бег** 30 метров.	1. «Подружись» № 61 2.«Подбрось, поймай» № 62	М/и «Узнай кто позвал» № 71»

			дружелюбия и терпения в играх и упражнениях.					

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»
Сентябрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключи-тельная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
1	**№ 1** 02.09.2021	«Впечатление о лете»	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу инструктора, в равновесии, в ходьбе по канату боком приставным шагом; развивать глазомер. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба на носках, на пятках, с разведением носков, пяток врозь, обычная ходьба; быст-рый бег, бег в колонне по одному, бег врас-сыпную.	с обручем № 2	**Бег** 30 м **Равновесие:** ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе. 2 раза. **Метание** набивного мяча вдаль, 3 раза.	1. «Ловишка в кругу» № 3, 2. «Удочка» № 4	М/и «Сделай фигуру» № 75

2	**№ 2** 06.09.2021 **№ 3** 09.09.2021	«Моя семья»	Упражнять в ходьбе, в беге, в пролезании в обруч боком, в прыжках с продвижением вперед; развивать ловкость, глазомер, координацию движений. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба в колонне по одному на носках, на пятках, руки на поясе; на внешней стороне стопы, руки согнуты в локтях; с разворотом в противоположную сторону по команде инструктора «Кругом!»; со сменой положения рук по команде инструктора (вверх, к плечам, в стороны, вперед, на пояс); бег в среднем темпе.	с мячом среднего размера № 1	**Лазание:**пролезание **в** обруч прямо и боком *(обруч стоит на полу).* 2 раза. **Метание:** прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений между предметами на расстояние 3-4 м *(интервал между предметами 30-40 см);* бросание мяча о пол и ловля его двумя руками на месте *(не менее 10 раз подряд).* **Прыжки** на 2-х ногах в длину с места*(2—3 раза).*	1. «Сбей кеглю» № 1, 2.«Бабочки, лягушки и цапли» № 2	М/и: «Назови – ласково» № 86
3	**№ 4** 13.09.2021 **№ 5** 16.09.2021	«Мой любимый детский сад»	Упражнять в ходьбе колонной по одному и беге между предметами, в равновесии; продолжать учить прыгать в длину с места; развивать глазомер при метании мешочков в цель.	Ходьба в колонне на носках, бег между предметами, не задевая их. Ходьба и бег врассыпную. Перестроение в колонну по три.	с флажками № 8	**Метание** мешочков в обруч. Описание: дети стоят по кругу. В центре круга на расстоянии 2 м от детей обруч. **Прыжки** в длину с места – 3 раза **Бег** 30 м.	1.«На одной ножке вдоль дорожки» № 14, 2. «Сбей кеглю» № 1,	М/ и «Необычный художник» № 65
4	**№ 6** 20.09.2021 **№ 7** 23.09.2021	«Мир игрушек»	Упражнять в ходьбе, в беге, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед; развивать	Ходьба в колонне по одному на носках (кружась с продвижением вперед), руки на поясе; на пятках, руки за спиной, сложенные «локоть на локоть»; скрестным шагом; с	с гимнастической палкой № 3	**Равновесие:** ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе*(высота скамейки 25 см).* 2 раза. **Прыжки** на двух ногах	1. «Мышеловка» № 5, 2. «Футболисты» № 6	М/и: «Летает – не летает»№ 90

			ловкость, глазомер, координацию движений.	высоким подниманием колен; бег в среднем темпе с перепрыгиванием через мягкие предметы, расположенные на полу *(высота – 20- 25 см)*		между кеглями. 2 раза. **Метание:** играющие распределяются на тройки, двое перебрасывают мяч, а третий находится между ними и старается коснуться мяча или поймать его.		
5	**№ 8** 27.09. 2021 **№ 9** 30.10 2021	«Домашние животные»	Упражнять в ходьбе и беге, прыжках, ползании по скамейке на животе; развивать ловкость и координацию движений, глазомер.	Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках, руки за головой; с разведением носков врозь, обычная ходьба; бег, легкий бег *(1,5 минуты).*	с мячом среднего размера № 4	**Метание:**подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полета мяча. **Лазание:** ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками *(высота скамейки 25 см).* 2 раза. **Прыжки** на правой и левой ноге, по прямой (4метра), 2-3 раза.	1«Бег на перегонки» № 7, 2. «Классики» № 8	М/и: «Чьи дети?» № 85

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»
Октябрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

6	**№ 10** 04.10. 2021 **№ 11** 07.10 2021	«Дары осени. Овощи. Фрукты».	Развивать точность движений; упражнять в равновесии, в прыжках; закреплять умение владеть мячом.	Ходьба на носках, на пятках, с высоким поднимением колен, «слоники» (высокие четвереньки на прямых ногах и руках), спиной вперед, обычная ходьба; дыхательные упражнения (вдох через левую ноздрю, правая в это время закрыта указательным пальцем, выдох через правую ноздрю, при этом закрывается левая); бег быстрый, спокойный бег *(до 1,5 мин)*	с обручем № 5	**Равновесие:** ходьба по скамейке прямо, боком. **Прыжки** через 5-6 предметов *(высота предметов 15-20 см).* 2 раза. **Метание:** бросание мяча о стенку и ловля его двумя руками; вверх и ловля его на месте *(не менее 10 раз подряд),* отбивание мяча о пол одной рукой на месте *(не менее 10 раз подряд).*	1. «Отнесем овощи в погреб» № 9 2. «Огородники» № 10	М/и: «Назови – ласково» № 86
7	**№ 12** 11.10. 2021 **№ 13** 14.10 2021	«Дары осени. Откуда хлеб пришел»	Развивать точность движений; упражнять в лазании, в прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком; закреплять умение владеть мячом.	Ходьба в колонне с поворотом в другую сторону по сигналу, бег с перешагиванием через бруски, ходьба и бег в чередовании.	с гимнастической палкой № 6	**Метание:** отбивание мяча о пол одной рукой на месте *(не менее 10 раз подряд).* **Лазание:**подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь руками пола *(высота дуги 40-50 см).* 2-3 раза. **Прыжки** на 2 ногах через шнуры (обручи) расстояние 50 см. 4-5 шнуров 2-3 раза.	1. «Пятнашки» № 11 2. «Мышеловка» № 5,	М/и «Где мы были мы не скажем, а что делали покажем» № 83

8	**№ 14** 18.10. 2021 **№ 15** 21.10 2021	«Что нам осень принесла. Грибы. Ягоды»	Упражнять в ходьбе и беге, равновесии, прыжках; развивать ловкость и координацию движений, глазомер.	Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках, руки за головой; в полуприседе, «крабики» (сидя на полу, ноги согнуты в коленях, руки по бокам на полу приподняться животом вверх и передвигаться вперед), обычная ходьба; бег змейкой.	с большим мячом № 7	**Равновесие:** ходьба по скамейке на носочках, руки на поясе. 2 раза. **Прыжки:** упражнение «Перепрыгни - не задень». Детям нужно перепрыгнуть через шнур (канат) справа и слева, продвигаясь вперед *(расстояние 35—40 см).* 2 раза. **Метание:** забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с расстояния 3,5 м *(высота баскетбольного кольца от пола 2 м).*	1.«Шишки, желуди, каштаны» № 12, 2. «Затейники» №13	М/и: «Узнай по голосу» № 82
9	**№ 16** 25.10 2021 **№ 17** 28.10. 2021	«Как мы следы осени искали»	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в равновесии, в прыжках; закреплять умения отбивания мяча о пол правой и левой руками с продвижением вперед.	Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках, «крабики», «муравьишки», «обезьянки», обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; бег спиной вперед, легкий бег.	с гимнастической палкой № 10	**Прыжки** по прямой: два прыжка на правой ноге, два - на левой и т. д. 2 раза. **Метание:** отбивание мяча о пол правой и левой руками с продвижением вперед шагом. **Равновесие:** ходьба по скамейке с перекладыванием мяча из правой руки в левую перед собой и за спиной. 2 раза.	1. «Медведь и пчелы» № 17, 2. «Мы веселые ребята» № 18	М/и «Дружные парочки» № 64

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»

Ноябрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
10	**№ 18** 01.11. 2021	«Страна, в которой я живу»	Упражнять в беге по кругу, с поворотом в противоположную сторону, в прыжках; закреплять умения ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, перебрасывать мяч друг другу разными способами.	Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках, с высоким подниманием колен, гусиным шагом, по кругу, с изменением направления движения, обычная ходьба; боковой галоп вправо, влево; легкий бег.	С кубиком № 9	**Лазание:** ползание по гимнастической скамейке на четвереньках *(высота скамейки 25 см).* 2 -3 раза. **Метание:** перебрасывание мяча двумя руками снизу, из-за головы в парах *(расстояние между * детьми 2,5 м);* отбивание мяча о пол правой и левой руками с продвижением вперед шагом; перебрасывание мяча в парах из разных положений (стоя, сидя). **Прыжки** попеременно на правой и левой ноге между стойками (2-3-раза) расстояние 4 метра.	1. «Охотник и зайцы» №15, 2. «Найди себе пару» № 16	М/и «Чей мяч выше прыгнет?» № 66

11	**№ 19** 08.11. 2021 **№ 20** 11.11 2021	«Птичий двор».	Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в равновесии, в метании; закреплять умение прыгать через шнур; научить детей называть друг друга ласковыми именами; формировать доброжелательное отношение друг другу, расширять словарь.	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках; со сменой положения рук по команде ин-структора (вверх, к плечам, в стороны, вперед, на поясе), ходьба и бег змейкой; бег *(1,5 минуты)*	с мячом № 11	**Равновесие:** ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2 раза. **Прыжки:** перепрыгивание через шнуры *(расстояние между шну-рами 50 см).* 2-3 раза. **Метание:** подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка в ладоши; бросание мяча о стену и ловля его двумя руками. 5-6 раз	1.«Гуси – Лебеди» № 19, 2. «Коршун и наседка» № 20	**М/и** «Летает, не летает» № 90
12	**№ 21** 15.11. 2021 **№ 22** 18.11 2021	«Мой гардероб».	Продолжать упражнять ходьбе в колонне с изменением направления движения, выполнении заданий инструктора; закреплять умения в подлезании под дуги, и ходьбе по гимнастической скамейке; развивать точность движения в метании мяча в горизонтальную цель.	Ходьба в колонне с изменением направления движения. Бег врассыпную с остановкой по сигналу, при слове «Аист» встать на одну ногу, подогнув вторую, при слове «Зайцы» выполнить три прыжка подряд.	с большим мячом № 13	**Метание** мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой расстояние 2,5 метра. 4-5- раз. **Лазание:**подлезание под дуги прямо и боком не касаясь руками пола 3-4 раза. **Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке на носках на середине перешагнуть через куб, и сойти, не спрыгивая 2раза	1. «Кольцеброс» № 21, 2. «Волк во рву» № 22	М/и: «Кто прыгает?» № 87
13	**№ 23** 22.11.	«День матери	Упражнять в равновесии, в метании,	Ходьба на носках, руки в стороны; на	с флажками № 12	**Метание:** подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его	3. «Мы веселые	М/и «Добрые

	2021 **№ 24** 25.11 2021	России».	в лазании; закреплять умение прыгать на правой и левой ноге между предметами; формировать доброжелательное отношение друг другу, расширять словарь.	пятках руки к плечам; «муравьишки», «крабики», с дыхательными упражнениями (вдох через нос и медленный выдох через рот), ходьба и бег змейкой.		после хлопка в ладоши; отбивание мяча о пол одной рукой на месте *(до 6 раз подряд).* **Лазание:** ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч. 2-3 раза. **Прыжки** на правой и левой ноге между предметами 2-3 раза.	ребята» № 18, 2. «Найди себе пару» № 16	слова» № 67

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»

Декабрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
14	**№ 25** 29.11. 2021 **№ 26** 02.12 2021	«Зимующие птицы».	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определенной дистанции друг от друга, в равновесии, в метании, в лазании.	Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках; гусиным шагом; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; подскоки; бег в среднем темпе	с обручем № 14	**Равновесие:** ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка *(высота скамейки 25 см).* 2 раза. **Метание:** бросание мяча о стену и ловля его двумя руками. 5-6 раз. **Лазание:** ползание на четвереньках между кеглями, подталкивая перед собой головой мяч. 2 раза.	1. «Снежная королева» № 23, 2. «Ловишки – елочки» № 24	М/и: «Тихо – громко» № 68»

15	**№ 27** 06.12. 2021 **№ 28** 09.12. 2021	«Дикие животные и их детеныши»	Упражнять в ходь-бе и беге колонной по одному, в прыж-ках, в метании, в лазании.	Ходьба на носках, руки на поясе; на пятках; «котики», «муравьишки», «раки», в полуприседе, «слоники», со сменой положения рук (вверх, к плечам, в стороны, вперед, на поясе); легкий бег.	с гимнасти-ческой палкой № 15	**Прыжки:** перепрыгивание с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние 5 м. 2 раза. **Метание:** перебрасывание мяча в парах и ловля его в разных положениях (стоя, сидя) различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от пола) *(расстояние между детьми 2,5 м).* 5-6 раз **Лазание:** влезание на гимнастическую стенку до верха, не пропуская реек 2 - 3 раза.	1.«Хитрая лиса» № 25 2. «Бездомный заяц» № 26	М/и: «Придумай фигуру» № 81
16	**№ 29** 13.12.2021 **№ 30** 16.12.2021	«Я – человек».	Упражнять в ходь-бе и беге между предметами; фор-мировать устой-чивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; развивать ловкость и гла-зомер.	Ходьба и бег между кубиками на носках, на пятках, в полуприседе; обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег; дыхательные упражнения (сделать вдох, на выдохе произнести (м), постукивая пальцами по крыльям носа).	с кубиком № 16	**Равновесие:** ходьба **и** бег по наклонной доске *(высота поднятого края доски 40 см, ширина доски 20 см).* 2 раза. **Метание:** упражнение «Забей шайбу в ворота» (отбивание шайбы клюшкой правой и левой руками в движении с расстояния 3-3,5 м). 5-6 раз **Лазание:** ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь 2 руками. 2 раза.	1. «С льдинки на льдинку» № 27, 2. «Ловишки со снежком» № 28	М/и: «Игровая» № 69

17	**№ 31** 20.12. 2021 **№ 32** 23.12.2021	«В гостях у Деда Мороза»	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в прыжках на двух ногах с зажатым между ног мячом; развивать ловкость и глазомер, координацию движения.	Ходьба и бег в колонне по одному, «котики» (средние четвереньки на ладонях и коленях), «разведчики», «обезьянки», спиной вперед; обычная ходьба; легкий бег, быстрый бег; дыхательные упражнения.	с короткой скакалкой № 17	**Лазание:** влезание по наклонной и вертикальнойлестнице. 2 -3 раза. **Прыжки:** упражнение «Кто быстрее до предмета» (дети зажимают мяч между ног и прыгают на двух ногах до предмета и обратно). 2 раза. **Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове 2 раза.	1. «Мороз – красный нос» № 29, 2. «Снежная карусель» № 30	М/и: «Найди и промолчи» № 89
18	**№ 33** 27.12.2021 **№ 34** 30.12.2021	«Зимние забавы»	Закреплять умения перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы; развивать равновесие.	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки за головой; в полуприседе, руки на поясе; «раки»; спиной вперед; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; обычная ходьба; дыхательные упражнения (вдох через нос, выдох через рот на ладонь - «сдуваем снежинки с ладони»).	с мячом № 18	**Прыжки** через шнуры на двух ногах без паузы *(расстояние между шнурами 50 см)*. 2-3 раза. **Метание:** перебрасывание мяча в парах и ловля его стоя, сидя разными способами (снизу, из-за головы) *(расстояние между детьми 2,5 м)*. 5-6 раз **Лазанье:** влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек. 2 раза.	1.«Веселый хоккей» № 31, 2. «На санки»№ 32	М/и: «Совушка» № 84

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»
Январь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
19	**№ 35** 10.01. 2022 **№ 36** 13.01 2022	«Посуда Федоры»	Упражнять в пролезании в обруч, в равновесии, в метании.	Ходьба на носках; на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; приставным шагом; обычная ходьба; дыхательное упражнение «Вдохни аромат цветка» (дети делают вдох, задерживают дыхание и на 3 счета выдыхают воздух); легкий бег, бег спиной вперед.	с обручем № 20	**Метание:** перебрасывание мяча через сетку с расстояния 3-4 м *(верхний край сетки находится на расстоянии 20—25 см выше поднятой руки ребенка).* 5-6 раз **Лазанье:**пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке 3-4 раза. **Равновесие:** ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны. 2 раза	1. «Гонки на санках»№ 34, 1. «Тройки» № 33,	М/и: «Сделай фигуру» № 75

20	**№ 37** 17.01. 2022 **№ 38** 20.01 2022	«Скатерть – самобранка».	Упражнять в равновесии, в прыжках; учить лазать по гимнастической стенке, переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.	Ходьба на носках; на пятках; «обезьянки»; «муравьишки»; «крабики»; «слоники»; «канатоходцы»; обычная ходьба; дыхательное упражнение, легкий бег, спокойный бег (1,5 мин) »	с мячом № 21	**Равновесие:** ходьба по скамейке, руки за головой. 2-3 раза. **Прыжки** в длину **с места** до ори**ентира** *(расстояние от линии до ориентира 80-90 см).* 2-3 раза. **Лазание:** лазание по гимнастической стенке (ритмично, меняя темп), не пропуская реек, по диагонали с пролета на пролет. 2-3 раза.	1. «Краски» № 36, 2. «Два мороза» № 37	М/и «Ждем гостей» № 70

21	**№ 39** 24.01. 2022 **№ 40** 27.01. 2022	«Много мебели»	Учить метать мешочки в гори-зонтальную цель; закреплять уме-ние ходьбы на носках между кеглями; упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперед	Ходьба в колонне по одному. По сигналу, ходьба в рассыпную, построение в колонну по одному, бег до 1,5 мин. в умеренном темпе с изменением направления движения, ходьба в колонне по 1. Перестроение в3 колонны.	с кубиком № 22	**Равновесие:**ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд *(расстояние между кеглями 30 см).* 2-3 раза. **Прыжки** с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние 6 м. 2-3 раза. **Метание:** метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстоя-ния 3 м. 5-6 раз.	1. «Зима – лето» № 38, 2. «Перебежки» № 39	М/ и «Испорчен ный телефон-чик» № 76

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»
Февраль

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключи-тельная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

22	**№ 41** 31.01. 2022 **№ 42** 03.02 2022	«Город мастеров»	Учить отбывание мяч одной рукой, продвигаясь вперед шагом; закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; упражнять в прыжках через препятствия.	Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен; «кошечки»; «раки», «канатоходцы»; в полуприседе; обычная ходьба; быстрый бег; легкий бег змейкой	с обручем № 23	**Лазание** по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет, не пропуская реек. 2-3 раза. **Метание:** отбывание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом 6м. 2-3 раза. **Прыжки** – перепрыгивание через бруски 6-8 шт. выс.10см. без паузы 2-3 раза.	1. «Встречная эстафета» № 40, 2. Наперегонки парами» № 41	М/и: «Найди и промолчи» № 89
23	**№ 43** 07.02. 2022 **№ 44** 10.02 2022	«Моя малая Родина».	Закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по скамейке, в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо; развивать ловкость, глазомер.	Ходьба на носках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с разведением носков, пяток врозь; в полуприседе; скрестным шагом; подскоки; дыхательные упражнения; быстрый бег; легкий бег змейкой.	с мячом № 24	**Равновесие:** ходьба по скамейке, руки за головой. **Лазание:** влезание на гимнастическую стенку и спуск вниз, не пропуская реек; **Метание:** забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с расстояния 3,5-4 м *(высота баскетбольного кольца от пола 2,2 м).*	1. «Пустое место» № 42, 2. «Школа мяча» № 43	М/ и «Парк аттракционов » № 71

24	**№ 45** 14.02. 2022 **№ 46** 17.02. 2022	«Защитник и Отечества»	Учить лазать по веревочной лестнице; упражнять в сохранении равновесия, в прыжках из обруча в обруч, в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо; развивать ловкость, глазомер.	Ходьба на носках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с высоким пониманием колен; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; быстрый бег; бег с сильным захлестыванием ног назад.	с гимнастической палкой № 25	**Метание:** забрасывание мяча в баскетбольное кольцо с расстояния 3,5-4 м *(высота баскетбольного кольца от пола 2,2 м).* **Лазание:** лазание по веревочной лестнице. **Прыжки** на двух ногах из обруча в обруч, находящихся на расстоянии 40 см друг от друга *(6-8 обручей).*	1. «Горелки» № 44, 2. «Мороз – красный нос» № 29,	М/и: «Летает, не летает» № 90
25	**№ 47** 21.02 2022 **№ 48** 24.02 2022	«Кем быт?»	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий, в подлезании под шнур правым и левым боком, в равновесии, в прыжках через короткий шнур.	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках: в полуприседе; со сменой положения рук; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; бег спиной вперед, бег *(1,5 мин);* дыхательные упражнения «Лечебные звуки» (дети кладут ладонь на шею и тянут звук [з], кладут ладонь на грудь и негромко произносят звук [ж])	с мячом большого размера № 26	**Прыжки** правым, левым боком через короткие шнуры *(расстояние между шнурами 40 см).* **Лазание:**подлезание под шнур правым и левым боком справа, **Равновесие:** ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой.	1. «Пожарные на учении» № 45, 2. «Удочка» № 4	М/и: «Сделай фигуру» № 75

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»

Март

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
26	**№ 49** 28.02 2022 **№ 50** 03.03 2022	«Моя прекрасная мама»	Упражнять в ходьбе в колонне по одному на сигнал выполнять поворот в другую сторону, в лазании по веревочной лестнице, в прыжках в длину с места; закреплять умение метать в горизонтальную цель.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал выполнять поворот в другую сторону, бег с поворотами в другую сторону, упражнение для рук во время ходьбы, бег врассыпную. Построение в три колонны.	с мячом № 27	**Метание** мешочков в горизонтальную цель от плеча правой и левой рукой *(расстояние от линии до цели 3,5-4 м).* **Лазание** по веревочной лестнице. **Прыжки** в длину с места 6-8 раз	1. «Удочка» № 4, 2. «Через тоннель» № 46	М/и **«**Где мы были мы не скажем, а что делали покажем» № 83
27	**№ 51** 07.03. 2022 **№ 52** 10.03. 2022	«Весна идет, весне – дорогу»	Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в ходьбе по канату с мешочком на голове, в прыжках в высоту с разбега; развивать ловкость и глазомер.Воспитание смелости, взаимовыручки и сообразительности.	Ходьба на носках; на пятках; в полуприседе; с высоким подниманием колен; боковой галоп правым и левым боком; легкий бег; бег с сильным захлестыванием ног назад; дыхательные упражнения (вдох через нос, задержка дыхания, медленный выдох через рот).	с ленточками № 28	**Равновесие:** ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. **Прыжки** в высоту с разбега *(высота 40 см).* **Метание:** игровое упражнение: «Прокати и сбей» (сбивание мячом кегли);	1. «Мячик кверху» № 47, 2. «Кошка и мышка» № 48	М/и «Узнай по голосу» № 82

28	**№ 53** 14.03. 2022 **№ 54** 17.03 2022	«Крылатые соседи»	Упражнять в ходьбе и беге, выполнении заданий по сигналу инструктора, в равновесии, подрезание под дугу, в метании мячей в цель; развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	Ходьба на носках; на пятках; «кошечки»; «обезьянки»; «муравьишки»; обычная ходьба; бег спиной вперед; бег с ускорением и замедлением, дыхательные упражнения.	с обручем № 29	**Метание** мячей в цель с расстояния 3,5 м. 5-6 раз **Лазание:**подлезание под дугу *(высота дуги 40-50 см).* **Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке на середине повернуться кругом и пройти дальше 2-3 раза	1. «Синицы и кот» № 49, 2. «Коршун и наседка» № 20	М/и: «Летает, не летает» № 90
29	**№ 55** 21.03. 2022 **№ 56** 24.03 2022	«Комнатные растения»	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами, закрепить навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом, продолжать упражнять в равновесии и прыжках. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях.	Ходьба в колонне по 1, бег в среднем темпе 2 минуты, ходьба и бег между предметами.	с гимнастической палкой № 30	**Лазание:**ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни 2 раза. **Прыжки** правым левым боком через канат, 2-3 раза. **Равновесие:**ходьба по канату приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе 2-3 раза	1.«Сбей кеглю» № 1, 2. «Ловишкас ленточкой» № 50	М/и: «Сделай фигуру» № 75
30	**№ 57** 28.03. 2022 **№ 58** 31.03 2022	«От кареты до ракеты. Наземный транспорт».	Упражнять в ходьбе и беге с чередованием в перепрыгивании через шнур, в ползании по	Ходьба на носках; на пятках; с высоким подниманием колен; гусиным шагом; в полуприседе; правым и левым боком;	с мячом большого размера № 33	**Равновесие:** ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной. **Прыжки:** перепрыгивание через шнур (высота шнура от	1.«Охотники и утки» № 54, 2. «Пустое место» № 42,	М/ и: «Земля, вода, воздух, огонь» № 80

			скамейке на животе; закреплять умение **в** ходьбе по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной.	обычная ходьба; дыхательные упражнения «Нюхаем цветочек» (вдох через нос, выдох через рот); легкий бег.		пола *15-20 см).* **Лазание:** ползание по скамейке на животе; лазание по веревочной лестнице, по металлической поверхности.		

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»

Апрель

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
31	**№ 59** 04.04. 2022 **№ 60** 07.04 2022	«От кареты до ракеты. Воздушный и водный транспорт»	Упражнять в ходьбе и беге, прыжках и метании; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие; развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем перестроение в пары в ходьбе, ходьба парами, перестроение в колонну по одному в движении; боковой галоп правым и левым боком; ходьба и бег врассыпную с остановкой на сигнал; бег с сильным захлестыванием ног назад; быстрый бег.	с короткой скакалкой № 31	**Прыжки** из обруча в обруч на двух ногах, на правой ноге, на левой ноге. **Метание** в вертикальную цель правой и левой рукой 5-6раз, расстояние 4 метра. **Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 на середине 2-3 раза	1.«Пастух и стадо» № 51, 2. «Ловишки с приседа - нием» № 52	М/и: «Затейники» № 77

32	**№ 61** 11.04 2022 **№ 62** 14.04 2022	«Первые полеты человека в космос»	Упражнять в ходьбе и беге, лазании и метании; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие.	Обычная ходьба; ходьба на носках; на пятках; с заданиями для рук (вперед, вверх, в стороны, сжимая пальцы в кулаки на каждый шаг); в полуприседе; подскоки; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения; легкий бег.	с мячом № 32	**Равновесие:**ходьба но скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой. **Метание:** отбивание мяча о пол правой и левой руками в движении на расстоянии 5-6 м. **Лазание:** влезание на наклонную лесенку, спуск по вертикальной лесенке.	1. «Космонавты» № 53, 2. «Пожарные на учении» № 45,	М/и «Горячий мяч» № 72.
33	**№ 63** 18.04. 2022 **№ 64** 21.04. 2022	«Кто живет в воде»	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в бросании мяча через сетку в прыжкахчерез короткую скакалку; учить ходить по рейке гимнастической скамейке.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну, ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу, ходьба с перешагиванием через кубики.	с гимнастической палкой № 34	**Равновесие:**ходьба по рейке гимнастической скамейке, руки на поясе, 2-3 раза **Метание:** перебрасывание мяча от груди, из-за головы двумя руками друг другу через сетку с расстояния 3-4 м *(верхний край сетки находится на высоте 20-25 см выше поднятой руки ребенка).* **Прыжки**через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, до 5-6 подпрыгиваний подряд 10-12 раза.	1. «Поймай рыбку» № 55, 2. «Щука и караси» № 56	М/и: «Щука» № 78
34	**№ 65** 25.04 2022 **№ 66** 28.04	«Дружат дети всей земли»	Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость). Развивать координацию и	Построение в шеренгу, перестроение в колонну, ходьба в колонне по одному с	с кубиком № 35	**Равновесие:** ходьба по бревну. **Метание** набивного мяча вдаль, 3 раза. **Прыжки** в длину с разбега 5-6	1. «Стоп» № 57, 4. «Мы веселые ребята»	М/и: «Быстрей по местам» № 74

	2022		точность движения. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях	выполнением заданий по сигналу, ходьба с перешагиванием через препятствия.		раз	№ 18,	

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре старшей группы«Сказка»
Май

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
35	**№ 67** 05.05 2022	«Бессмерт-ный подвиг».	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в непрерывном беге между предметами *(до 2 минут),* в подлезании под шнур, в пе-репрыгивании через шнур, в забрасывании мяча в кольцо.	Ходьба и бег парами, перестроение в колонну по 1 в движении, ходьба и бег парами с поворотом в другую сторону; бег между предметами *(до 2 минут),*	с обручем № 36	**Прыжки:** перепрыгивание через шнур *(высота шнура от пола 15-20 см).* **Метание:** забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками с расстояния 3 м *(высота баскетбольного кольца от пола 2,2 м);* **Лазание:**подлезание под шнур *(высота шнура от пола 40-50 см).*	1. «Пятнашки» № 58, 2. «Пустое место» № 42,	М/и: «Кто ушел?» № 88

36	**№ 68** 12.05 2022	«Мир технических чудес»	Учить бегать на скорость, прыгать через скакалку; отрабатывать навыки метания мяча в даль; упражнять в подлезании под дугу. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях.	Ходьба на носках, пятках, в чередовании с обычной ходьбой с высоким подниманием колен, обычная ходьба; бег на скорость (на 13 м) с переходом на бег без ускорения *(несколько раз)*	с мячом № 37	**Прыжки** через скакалку на месте и с продвижением вперед на двух ногах, на правой ноге, на левой ноге. **Лазание:**подлезание под 3-4 дуги *(высота дуг 40-50 см).* **Метание:**перебрасывание мяча в парах двумя руками снизу *(расстояние между детьми 2,5 м).*	1. «Карусель» № 58, 2. «Совушка» № 60	М/и: «Быстрей по местам» № 74
37	**№ 69** 16.05 2022 **№ 70** 19.05 2022	«Книжная неделя»	Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость). Развивать координацию и точность движения. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях	Ходьба в колонне с поворотом в другую сторону по сигналу, бег с перешагиванием через бруски, ходьба и бег в чередовании.	с мячом № 38	**Прыжки** в длину с места 3-4 раза. **Метание** перебрасывание мяча из одной руки в другую. **Бег** 30 м.	1. «Стой!» № 62, 2. «Хитрая лиса»№ 25	М/и: «Совушка» № 84
38	**№ 71** 23.05 2022 **№ 72** 26.05 2022	«О многих шестиногих»	Упражнять в ходьбе и беге в колоне по одному, бегу с перешагиванием через шнуры; закреплять умение **в прыжках** на 2 ногах с продвижением вперед, в	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному, по сигналу перешагивание через шнуры, бег с перешагиванием через шнуры, ходьба и бег	с короткой скакалкой № 39	**Равновесие:** ходьба по буму с перекладыванием мяча из одной руки в другую впереди себя. **Прыжки** на 2 ногах с продвижением вперед до стойки 4 метра 2-3 раза **Метание** набивного мяча в даль, 3 раза.	1. «Сороконожка» № 61, 2. «Кошка и мышка» № 63	М/и «Разверни круг» № 73

			перебрасывании мяча друг другу. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	врассыпную.				

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш»

Сентябрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
1	**№ 1** 02.09.2021	«День знаний»	Упражнять в разных видах ходьбы, бега с выполнением упражнений. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость). Учить соблюдать правила игр.	Ходьба на носках, с перекатом ноги с пятки на носок, приставным шагом, с упражнениями для рук (руки вперед, вверх, в стороны, сжимая пальцы в кулаки на каждый шаг), обычная ходьба; подскоки; боковой галоп; дыхательные упражнения (вдох через нос, ладони на груди, озвученный выдох:«Ух-х-х!»); быстрый бег *(2— 3 круга),*построение в 3 звена;	С кубиками № 2	**Прыжки** в длину с места, на 2-х ногах; 2 -3 раза. **Равновесие:** ходьба по скамейке (буму) боком приставным шагом. 2 - 3 раза. **Метание** набивного мяча вдаль, двумя руками;3 раза.	1. «Удочка» № 9, 1. «Мы веселые ребята» № 15	М/и: «Летает – не летает» № 88

2	**№ 2** 06.09.2021 **№ 3** 09.09.2021	«Что нам осень принес-ла».	Упражнять в ходьбе, в беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов, по кругу с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в метании; закреплять основные виды движений; развивать координацию движений, ловкость рук, ориентирование в пространстве; учить соблюдать правила игр. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба на носках (руки на поясе), на пятках (руки согнуты в локтях), ходьба с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, с упражнениями для рук (руки вперед, вверх, в стороны, сжимая пальцы рук в кулаки на каждый шаг), легкий бег, боковой галоп правым и левым боком.	С кубиками № 2	**Метание**: упражнение «Школа мяча» (бросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши за спиной, поймать мяч; бросить мяч вверх, повернуться кругом, поймать мяч; метание набивного мяча вдаль, двумя руками;3 раза. **Равновесие:** ходьба приставным шагом, перешагивая через набивные мячи, **Бег 30 метров.**	1. «Лиса в курятнике» № 3, 2. «Классики» № 4	М/и: «Каких листьев больше?» № 79
3	**№ 4** 13.09.2021 **№ 5** 16.09.2021	«Моя семья"	Упражнять в ходьбе, в беге колонной по одному с соблюдением дистанции, в сохранении равновесия, в прыжках, в метании; закреплять основные виды движений; развивать мелкую моторику рук, ориентирование в пространстве; учить соблюдать правила игр.	Ходьба на носках (руки на поясе), на пятках (руки согнуты в локтях), ходьба с построением в звенья; прыжки на левой и правой ноге поочередно; бег спиной вперед, быстрый бег; дыхательные упражнения.	с обручем № 1	**Прыжки** через набивные мячи (6-8 шт.) последовательно через каждый; **Метание:** бросание мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши. **Равновесие:** ходьба по канату прямо, боком.	1. «Веселые собачки» № 1, 2. «Пустое место» № 2	М/и: «Чей прыжок дальше» № 66
4	**№ 6** 20.09.2021 **№ 7**	«Мир растений»	Упражнять в разных видах ходьбы, бега, в катании в парах набивного мяча; закреплять умение группироваться в прыжках, вы-	Ходьба на носках, руки в стороны, на внешней стороны стопы, на пятках, спиной вперед, семенящим, широким	с мячом среднего размера № 3	**Прыжки** в длину с места до ориентира *(расстояние от линии до ориентира 100 см).* **Метание:** катание в парах набивного мяча;	1. **«Круговаялапта» № 5,** 2.	М/и: «Сделай фигуру» № 82

	23.09.2021		полнять упражнения со средним мячом; развивать ловкость движений с предметами, быстроту реакции, выносливость, ориентирование в пространстве, внимание, психомоторные функции.	шагом, в полуприседе, обычная ходьба; боковой галоп вправо и влево; легкий бег; дыхательные упражнения (вдох через нос, выдох через рот)		**Равновесие:** ходьба по гимнастической» скамейке (буму) с мешочком на голове, руки в стороны.	«Мышеловка» № 6	
5	**№ 8** 27.09. 2021 **№ 9** 30.10 2021	«Кем быть?»	Упражнять ходьбе в колонне с различным положением рук, в беге, в катании в парах набивного мяча, в бросании мяча от груди, снизу, назад через голову в парах, в прыжках в высоту и с разбега; закреплять устойчивое равновесие; развивать ловкость движений, быстроту реакции, выносливость, внимание, ориентирование в пространстве.	Ходьба в колонне с различным положением рук (за головой, в стороны, на поясе) и с сохранением дистанции. Легкий бег. Перестроение в три колонны.	с гимнастической палкой № 4	**Равновесие:** ходьба по скамейке с мячом в руках с остановкой посредине и перешагиванием через палку. **Прыжки** в высоту с места, с разбега до предмета *(предмет на 25-30 см выше поднятой руки ребенка)* **Метание:** катание в парах мяча; бросание в парах мяча снизу, от груди, назад через голову*(расстояние между детьми 3 м).*	1. «Вышибалы» № 7, 2. «Прыгаем по кругу» № 8	М/и: «Мяч по кругу» № 77

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш»

Октябрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

6	**№ 10** 04.10. 2021 **№ 11** 07.10 2021	«Из чего сделаны предметы»	Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через канат, бросать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками после ведения мяча, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений.	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, спиной вперед, с высоким подниманием колен, в полуприседе, обычная ходьба; дыхательные упражнения (вдох через нос, ладони на груди, озвученный выдох:«Ух-х-х!»); построение в три звена; подскоки; легкий бег змейкой.	со скакалкой № 5	**Прыжки** с ноги на ногу с круговыми движениями рук вперед и назад, на одной ноге с продвижением вперед камешка. **Метание:**забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. **Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке (буму) боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе **.**	1. «Удочка» № 9, 2. «Ловишки парами» № 10	М/и: «Уточка» № 78

7	**№ 12** 11.10. 2021 **№ 13** 14.10 2021	«Мой гардероб»	Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через веревку бокомс зажатым между ног мешочком с песком, отбивании мяча о землю одной рукой в движении, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; развивать координацию и точность движений.	Ходьба на носках, руки к плечам, на пятках, имитация ходьбы на лыжах, с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок, «канатоходцы»; боковой галоп вправо и влево; дыхательные упражнения (вдох через нос, ладони на груди, озвученный выдох:«Ух-х-х!»); построение в три звена; бег с сильным захлестыванием ног назад,, с выбрасыванием прямой ноги вперед.	с мячом среднего размера № 6	**Равновесие:** ходьба по скамейке (буму) с хлопком под вытянутой вперед ногой. **Прыжки** через веревку боком (веревка лежит на полу) с зажатым между ног мешочком с песком с продвижением вперед. **Метание:** отбивание мяча о землю одной рукой в движении (в колонне по одному по кругу), передача мяча из одной руки в другую с отскоком от пола в движении; перебрасывание мячей друг другу во время ходьбы, бега.	**1. «Догони свою пару» № 12,** **2.** «Городки» № 13	М/и: «Разрезные человечки» № 67

8	**№ 14** 18.10. 2021 **№ 15** 21.10 2021	«Столовый этикет»	Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, основные виды движений осознанно; учить преодолевать двигательные трудности, в прыжках по скамейке с продвижением вперед; координацию движений, внимание, быстроту реакции.	Ходьба на носках, с перекатом ноги с пятки на носок, приставным шагом, с упражнениями для рук (руки вперед, вверх, в стороны, сжимая пальцы в кулаки на каждый шаг), обычная ходьба; подскоки; боковой галоп; дыхательные упражнения (вдох через нос, ладони на груди, озвученный выдох:«Ух-х-х!»); бег змейкой, построение в 3 звена; быстрый бег *(2— 3 круга),*	с обручем № 8	**Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной. **Прыжки** на двух ногах с подбрасыванием вверх мяча двумя руками и ловлей его. **Метание:** ведение мяча одной рукой с продвижением вперед между предметами, забрасывание мяча двумя руками из-за головы в кольцо в прыжке вверх с места, с расстояния 3 шагов.	1. «Лиса и куры» № 14, 2. «Классики» № 4	М/и: «Съедобное — несъедобное» № 65
9	**№ 16** 25.10 2021 **№ 17** 28.10. 2021	«Золотая осень в детском саду»	Продолжать упражнять ходьбе, в беге с выполнением заданий инструктора; в прыжках, метании и лазании; развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук.	Ходьба на носках, на пятках боком, в приседе, обычная ходьба; легкий бег спиной вперед, бег с захлестыванием голени назад, бег на носках с изменением направления движения. дыхательные упражнения направления движения. Построение в 3 звена;	с гимнастической палкой № 7	**Прыжки** на двух ногах через веревку (инструктор вращает веревку), касаясь пола; **Метание:** ведение мяча и забрасывание его в кольцо; ведение мяча одной рукой с продвижением вперед между предметами. **Равновесие:** ходьба по гимнастической» скамейке боком с мешочком на голове, руки в стороны.	2. «Бабочки, лягушки и цапли» № 60, 3. «Мы веселые ребята» № 15	М/и: « Затейники» № 63

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш».Ноябрь.

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
10	**№ 18** 01.11. 2021	«Скатерть – самобранка»	Упражнять в ходьбе, в беге колонне по одному, в прыжках, в лазании по канату, в метании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу перестроение в колонну по 2, бег в среднем темпе до 1,5 мин, ходьба с выполнением заданий	с мячом среднего размера № 9	**Прыжки** с ноги на ногу с круговыми движениями рук вперед и назад, на одной ноге с продвижением вперед камешка. **Метание:** ведение мяча одной рукой с дополнительными заданиями (повороты в разные стороны, вокруг себя), в прыжках с ноги на ногу. **Лазание** по канату	1. «Зайцы в огороде» № 16, 2. «Заполни корзину» № 17	М/и: «Улитка» № 68

11	**№ 19** 08.11. 2021 **№ 20** 11.11 2021	«Музей – хранитель времени».	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий и беге, в равновесии, в прыжках, в метании; продолжать закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; способствовать развитию координацию движений, силы, быстроты реакций, ориентировки в пространстве, ловкости.	Ходьба на носках, на внешней стороне стопы, на пятках спиной вперед, в приседе, « «канатоходцы», обычная ходьба; прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; дыхательные упражнения; , боковой галоп; легкий бег, построение в три звена.	с кубиками № 10	**Равновесие:** ходьба по канату прямо, боком. **Прыжки** через короткую скакалку, вращая ее впереди **Метание:** забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.	1. **«Ловишка - ежик» № 18,** 2. «Пожарные на учении» № 19	М/и:«Где мы были мы не скажем, а что делали покажем» № 83
12	**№ 21** 15.11. 2021 **№ 22** 18.11 2021	«Мир техничес-ких чудес»	Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через набивные мячи. Закрепить умение ориентироваться в пространстве, знание цвета.	Ходьба на носках, руки вверх; на пятках, руки за головой; «канатоходцы»; «слоники»; с перекатом с пятки на носок; семенящим и широким шагом; обычная ходьба; подскоки; легкий бег; построение в 3 звена.	с гимнастической палкой № 11	**Прыжки**: перепрыгивание через набивные мячи с продвижением вперед в чередовании с ходьбой. **Метание:** игровые упражнения с мячом: • толкнуть мяч двумя руками вперед; метнуть мяч из-за головы двумя руками; • сидя на полу, бросить мяч двумя руками из-за головы; • бросить мяч вперед от груди из положения сидя на полу с разведенными в стороны ногами; **Лазание:**проползание под гимнастической скамейкой.	1.**«Перенеси предметы» № 20,** 2. «Мы веселые ребята» № 15	М/и: «Летает – не летает» № 88
13	**№ 23**	«День	Упражнять в ходьбе по	Ходьба на носках, руки	с мячом	**Равновесие:** ходьба по	1. «Мяч	М/и:

	22.11. 2021 **№ 24** 25.11 2021	матери России»	скамейке с перешагиванием через набивные мячи сохраняя равновесие; прыжках на двух ногах через шнур; продолжать учить метать в горизонтальную цель, поочередноправой и левой рукой. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях	вверх; на пятках, руки сзади полочкой; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; быстрый бег (2-3 круга); боковой галоп; бег с захлестыванием голени назад, построение в 3 звена.	№ 12	скамейке с перешагиванием через набивные мячи. **Прыжки**на двух ногах через шнур (справа и слева); **Метание** в горизонтальную цель (обруч, корзина) с расстояния 3 м правой и левой рукой поочередно;	через сетку» № 21, 2. Игра-эстафета «Водоносы» № 23	«Чей мяч выше прыгнет?» № 85

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш»

Декабрь

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

14	**№ 25** 29.11. 2021 **№ 26** 02.12 2021	«Где обедал воробей»	Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу, ползания по гимнастической скамейке с мешочком на спине; упражнять в прыжках через шнуры, в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через препятствие.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег по кругу с изменением направления; врассыпную с нахождением своего места в колонне. Перестроение в 3 звена.	со скакалкой сложенной вчетверо № 13	**Лазание:**ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. **Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе. **Прыжки** через шнуры (подряд 6—8 раз);	1. «Перебеж-ки» № 24, 2. **«Спящая лиса» № 25**	М/и: «Пробеги - не задень» № 73
15	**№ 27** 06.12. 2021 **№ 28** 09.12. 2021	«Здравствуй – зимушка зима».	Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реак-ции, ловкость, силу, ориенти-ровку в про-странстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змей-кой.	Ходьба на носках; на пятках; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; в полуприседе; с упраж-нениями для рук (руки впе-ред, к плечам, и стропы, в кулаки на каждый шаг); бег с изменением направления движения по сигналу; подскоки; быстрый бег (2-3 круга); дыхательные упражнения.	с гимнастичес кой палкой № 14	**Прыжки:** перепрыгивание на одной ноге через веревку вперед- назад, вправо-влево на месте, с продвижением вперед. **Метание:** бросание мяча снизу, из-за головы, от груди в парах; передача мяча ногой в парах; боковой галоп в парах с передачей мяча друг другу от груди (расстояние между детьми 3-4 м). **Лазание:** ползание змейкой **с**опорой на предплечья и колени попрямой на расстоянии 1 м друг от друга.	1. «Медведь» № 26; 2. «Два мороза» № 27	М/и: «Найди и промолчи» № 87

16	**№ 29** 13.12.2021 **№ 30** 16.12.2021	«Жалобная книга природы».	Продолжать развивать быстроту реакции,координацию движений, ловкость, силу, глазомер, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках; упражнять в равновесии.	Ходьба на носках; с разведением носков, пяток врозь; «муравьишки»; «краби-ки»; «обезьянки»; в полуприседе; обычная ходьба; прыжки на двух ногах с продвижением вперед; бег с высоким подниманием колен («лошадки»); бег спиной вперед; легкий бег; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения.	с флажками № 15	**Равновесие:** ходьба по гимнастической»скамейке боком с мешочком на голове, руки в стороны. **Прыжки:** перепрыгивание на одной ноге через веревку вперед- назад, вправо-влево на месте, с продвижением вперед. **Метание:** бросок мяча о пол и ловля его после отскока двумя руками; боковой галоп в парах с передачей.	1. «Волк во рву» № 28 2.«Охотники и звери» № 29	М/и: «Совушка» № 84
17	**№ 31** 20.12.2021 **№ 32** 23.12.2021	«Новый год приходит к нам».	Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах через волейбольную сетку, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в прыжках на одной ноге через обруч; закреплять	Ходьба на носках; на пятках; в полуприседе; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; боковой галоп; дыхательные упражнения (вдох через нос, выдох через рот на ладонь - «сдуваем снежинку с руки»); легкий бег; быстрый бег; прыжки на правой и левой ноге.	с обручем № 16	**Прыжки** друг за другом на одной ноге через обручи, лежащие на полу (3 обруча). **Метание:** броски мяча через волейбольную сетку в парах. **Лазание:** залезание на гимнастическую стенку и спускание с ее противоположной стороны с переходом с пролета на пролет по диагонали.	1. «Ноги от земли!» № 30 2. «Вышибалы» № 7,	М/и: «Снежная карусель» № 90

			умение выполнять основные виды движений в быстром темпе.					
18	**№ 33** 27.12.2021 **№ 34** 30.12.2021	«В гостях у деда мороза».	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий и беге, в равновесии, в прыжках со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги. Развивать глазомер, при перебрасывании мяча двумя руками из-за головы стоя в шеренгах, быстроту реакции, ловкость, силу.	Ходьба на носках; на пятках; «крабики»; «слоники»; с разведением носков врозь; в полуприседе; обычная ходьба; боковой галоп; дыхательные упражнения (вдох через нос, ладони на груди, озвученный выдох:«Ух-х-х!»); бег спиной вперед; с заданиями (с разбега подпрыгнуть вверх и достать до бубна); бег с изменением направления движения по свистку *(2 – 3 раза).*	с мячом № 17	**Равновесие:** бег по скамейке, руки в стороны. **Прыжки** со скамейки (на коврик или дорожку) с приземлением на полусогнутые ноги; **Метание:** перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы стоя в шеренгах.	1.«Снежная королева» № 31, 2.«Мороз – красный нос» № 32	М/и: «Узнай по голосу» № 74

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш»

Январь

№	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть	Заключи

п/п					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	-тельная часть
19	**№ 35** 10.01. 2022 **№ 36** 13.01 2022	«Зимние забавы и развлечения».	Учить прыгать через короткую скакалку, правильно держать скакалку за ее концы, вращать скакалку; упражнять в равновесии; отрабатывать навыки метания; помочь в преодолении двигательных трудностей.	Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; в полуприседе; спиной вперед; боковой галоп; построение в звенья; легкий бег; быстрый бег (2-3 круга); бег с захлестыванием голени назад.	с гимнастической палкой № 18	**Равновесие:** ходьба по веревке, лежащей на полу, прямо и боком, руки на поясе, за головой, в стороны. **Прыжки** через короткую скакалку на месте на двух ногах, с ноги на ногу. **Метание:** передача мяча над головой, между ног, боком в парах; Б) бросание мешочков с песком в горизонтальную цель (обруч большого диаметра) с расстояния 4 м.	1.«Охотники и звери» № 34, 2.«Лыжные гонки» №33	М/и: «Летает - не летает» № 88
20	**№ 37** 17.01. 2022 **№ 38** 20.01 2022	«Разноцветное настроение».	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в метании, ползание на четвереньках боком. Закреплять навыки ходьбы и бега с выполнением задания по сигналу инструктора. Воспитание смелости, взаимопомощи и сообразительности.	Ходьба в колонне по одному, в полуприсяде, бег с высоким подниманием колен («Лошадки»), бег галопом по кругу, дыхательные упражнения (вдох через нос, выдох через рот на ладонь - «сдуваем снежинку»); ходьба врассыпную, бег с ускорением; подскоки.	с обручем № 20 .	**Равновесие:** ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной. **Метание:** ходьба на четвереньках с толканием головой мяча на расстояние 3 м; обратно - бегом, положить мяч в обруч, лежащий на полу; **Лазание:** ползание на четвереньках боком со сменой направления движения по сигналу инструктора.	1.«Цветные льдинки» № 36, 2. «Ловишки парами» № 10	М/и: «Внимательная обезьянка» № 70

21	**№ 39** 24.01. 2022 **№ 40** 27.01. 2022	«Наша улица».	Познакомить с упражнением «уголок на гимнастической лестнице»; упражнять в метании, прыжках, в лазании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту реакции.	Ходьба на носочках, на пятках, па внешней стороне стопы, обычная ходьба; боковой галоп вправо и влево; легкий бег, быстрый бег (3 круга), бег спиной вперед,	с мячом среднего размера № 21	**Прыжки** на двух ногах через шнуры (расстояние между шнурами 50 см). **Метание:** бросание мешочков с песком в горизонтальную цель (обруч большого диаметра) с расстояния 4 м. **Лазание:** вис на гимнастической стенке, подъем прямых ног до прямого угла.	1.«Два мороза» № 27, 2. **«Перелет птиц» № 37**	М/и: «Подбери признак» № 69

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш»

Февраль

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

22	**№ 41** 31.01. 2022 **№ 42** 03.02 2022	«Моя малая Родина»	Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать в высоту; развивать зрительное восприятие, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук.	Ходьба на носках; на пятках; спиной вперед; в полуприседе; обычная ходьба; прямой галоп правой и левой ногами; бег спиной вперед; бег с заданиями (с разбега подпрыгнуть вверх, достать до бубна и продолжать бег) (2-3 раза) построение в звенья.	с гимнастической палкой № 22	**Равновесие:** ходьба на четвереньках по скамейке с толканием мяча головой вперед. **Прыжки**через набивные мячи (6-8 шт.) последовательно через каждый; **Метание:** ведение мяча одной рукой с продвижением между предметами.	1. «Встречные перебежки» № 38, 2. «Вышибалы» № 7,	М/и: «Узнай по голосу» № 74
23	**№ 43** 07.02. 2022 **№ 44** 10.02 2022	«Мы – россияне».	Упражнять в прыжках, лазании по канату, метании; развивать зрительное восприятие, ориентировку в пространстве и точности движений.	Ходьба на носках; на пятках; «слоники»; скрестным шагом; боком; «крабики»; с перекатом с пятки на носок; обычная ходьба; легкий бег на носках; быстрый бег (3 круга).	с кубиками № 23	**Прыжки**через набивные мячи (6-8 шт.) последовательно через каждый; **Метание:**бросание мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши. **Лазание** по канату.	1.«Тише едешь – дальше будешь» № 39, 2. «Мы веселые ребята» № 15	М/и: «Конники-наездники» № 72

24	**№ 45** 14.02. 2022 **№ 46** 17.02. 2022	«День защитника Отечества» .	Упражнять в ходьбе и беге, броски мяча через волейбольную сетку в парах; учить прыгать через длинную скакалку с места; развивать двигательные навыки в равновесии; воспитывать волевые качества.	Ходьба на носках, на пятках, руки в стороны, на пятках, руки сзади, подскоки, с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; боковой галоп, легкий бег, бег с захлестыванием голени назад.	с гимнастической палкой № 25	**Равновесие:** ходьба по веревке с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой. **Прыжки** через длинную скакалку (взрослые вращают) с места, пробегание под скакалкой. **Метание:** броски мяча через волейбольную сетку в парах.	1.**«Полоса препятствий» № 41,** 2.**«Защита крепости»** № 42	М/и: «Кто сильнее?» № 75
25	**№ 47** 21.02 2022 **№ 48** 24.02 2022	«От кареты до ракеты	Упражнять в ходьбе и беге; упражнять в прыжках, в метании, в равновесии; учить прыгать через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координацию и ловкость.	Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках; спиной вперед; на внешней стороне стопы; в полуприседе; боковой галоп правым и левым боком; легкий бег; быстрый бег *(3 круга);* бег спиной вперед; бег с заданиями (с разбега прыгнуть в высоту; взять один кубик, пробежать круг и положить его обратно в корзину).	с мячом среднего размера № 26	**Равновесие:** ходьба на четвереньках по скамейке с толканием мяча головой, на носках с перешагиванием через набивные мячи. **Прыжки** через скамейку «Джигитовка» (держась двумя руками за скамейку, перепрыгивать через скамейку на двух ногах вправо, влево с продвижением вперед). **Метание:** передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую на месте, в движении;	1.**«Нагрузи санки» № 43,** 2.«Два мороза» № 27,	М/и: «Найди и промолчи» № 87

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш»

Март

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	
26	**№ 49** 28.02 2022 **№ 50** 03.03 2022	«Моя прекрасная мама»	Упражнять в ходьбе и беге; учить прыгать с мешочком, зажатым между колен, бороться за достижение своей цели; упражнять в равновесии; закреплять умение бросание мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу.	Ходьба на носках; на пятках, руки согнуты в локтях; гусиным шагом; с разведением носков врозь; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения; легкий бег змейкой; быстрый бег *(2-3 круга),* построение в звенья;	с обручем № 27	**Равновесие:**ходьбапо рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ногой к носку другой, руки на поясе **Прыжки**с мешочком, зажатым между колен, по прямой (расстояние 5—6 м); **Метание:**бросание мяча вверх и ловля его с хлопком в ладоши.	**1. «Возьми платочек» № 44,** **2**. «Всей семьей на день рожденья» № 45	М/и: «Назови ласково» № 86.
27	**№ 51** 07.03. 2022 **№ 52** 10.03. 2022	«Весна идет, весне – дорогу».	Закреплять умения бросать мяч через волейбольную сетку в парах, прыгать через короткую скакалку, лазать по гимнастической скамейке с мешочком на спине; развивать мышцы рук; упражнять в лазании.	Ходьба на носках; на пятках; с разведением носков, пяток врозь; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения; легкий бег; быстрый бег *(2-3 круга).*	со скакалкой, сложенной вчетверо № 31	**Лазание** по гимнастической скамейке с мешочком на спине — «Кто быстрее?» (выполняется парами по двум параллельно поставленным скамейкам); **Прыжки** через короткую скакалку вперед, назад. **Метание:** бросок мяча через волейбольную сетку в парах.	1. **«**Цапли» № 50, 2.«Быстрые и ловкие» № 51,	М/и: «Затейники» № 63

28	**№ 53** 14.03. 2022 **№ 54** 17.03 2022	«Крылатые соседи»	Учить прыгать через большой обруч, бороться за достижение своей цели; упражнять в равновесии, в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, в прыжке, вести мяч; умение правильно выполнять разно-образные хваты в упражнениях с гимнастической палкой; развивать координацию движений, ловкость, силу, быстроту.	Ходьба на носках; на пятках, «канатоходцы»; «крабики»; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения; легкий бег, бег заданиями (один свисток бежать в противоположную сторону, два свистка - повернуться вокруг себя и продолжить бег, три свистка - повернуться вокруг себя, присесть на корточки, встать и бежать дальше)	с гимнастической палкой № 28	**Прыжки** через большой обруч, вращая его (как через скакалку). **Метание:** бросание мяча в баскетбольное кольцо с места, с ведением мяча, в прыжке вверх. **Лазание**передвижение по четвертой рейке приставными шагами, спуск не пропуская реек;	1. «Птице-лов» № 46, 2.«Школа мяча» № 61,	М/и: «Дятел» № 71
29	**№ 55** 21.03. 2022 **№ 56** 24.03 2022	«Обитатели морей и океанов»	Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках на правой и левой ноге поочередно, вдоль шнура; учить отбивать мяч одной рукой о пол на месте, в движении, с поворотами, в движении между предметами; развивать двигательные навыки в лазании; воспи-	Ходьба на носках, на пятках, руки в стороны, на пятках, руки сзади, подскоки, с приставлением пятки одной ноги к пальцам другой; дыхательные упражнения (вдох через нос, задержка дыхания, озвученный выдох: «Ах-х-х!»); боковой галоп, легкий бег, бег с захлестыванием голени назад.	с мячом № 29	**Прыжки**на правой и левой ноге поочередно,вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева (расстояние 6 м); **Метание:** отбивание мяча одной рукой о пол на месте, в движении, с поворотами, в движении между предметами. **Лазание:** ползание по полу на животе и на спине с подтягиванием руками и отталкиванием ногами, с опорой на предплечья.	1«Невод и золотые рыбки» № 47, 2. «Научись владеть мячом» № 48,	М/и: «Фигуры» № 81.

			тывать волевые качества.					
30	**№ 57** 28.03. 2022 **№ 58** 31.03 2022	«Природ-ные явления»	Развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с мячом; разучить прыжки на правой и левой ноге по очереди. Закреплять навыки пере-строения из одной колонны в две по ходу движения; навыки переползанияпо гимнастической скамейке. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу «Два» ходьба в колонне по два, по сигналу «Один» ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег врассыпную между предметами	с обручем № 30	**Прыжки** на правой и левой ноге по очереди. **Метание** бросание мяча вверх и ловля после поворота кругом. **Лазание:**переползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях; с мешочком на голове.	1. «Горелки» № 49, 2. «Вышиба-лы» № 7,	М/и: «Подбери признак» № 69

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш». Апрель

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключи-тельная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

31	**№ 59** 04.04. 2022 **№ 60** 07.04 2022	«Здоровый образ жизни».	Закреплять умение выразительно, осознанно, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в равновесии, в прыжках через скакалку на двух ногах, в метании.	Ходьба на носках; на пятках; на внешней стороне стопы; с постановкой одной ноги на пятку, другой на носок; подскоки; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения (спокойно шагать по кругу, на 2 счета - вдох, озвученный выдох:«Чух-чух»); легкий бег; бег спиной вперед; с изменением направления движения по сигналу.	с гимнастической палкой № 35	**Равновесие:** ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками. **Прыжки** через скакалку на двух ногах. **Метание:** перебрасывание мяча от груди, из-за головы двумя руками в,парах *(расстояние между детьми 3-4 м).*	1.«Футбол» № 58, 2. «Классики» № 4,	М/и: «Найди и промолчи» № 87
32	**№ 61** 11.04 2022 **№ 62** 14.04 2022	«Загадки космоса».	Упражнять в ходьбе и беге с ускорением и замедлением; развивать координацию движений в прыжках на двух ногах по прямой с мешочком, зажатым между колен; закрепить навыки ведения мяча в ходьбе, лазанья по гимнастической скамейке..Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному (прыжком); ходьба в колонне по одному с ускорением и замедлением движения по сигналу воспитателя; бег со средней скоростью *(2-3 круга)*; ходьба врассыпную.	с гимнастической палкой № 32	**Прыжки**на двух ногах по прямой с мешочком, зажатым между колен, между предметами, расположенными в шахматном порядке; **Метание:**ведение мяча правой и левой рукой попеременно (5—6 м); и забрасывание его в корзину. **Лазание**по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни (2 раза).	1. «Космонавты» № 52, 2.**«За мячом» № 53,**	М/и: «Пробеги - не задень» № 73

33	**№ 63** 18.04. 2022 **№ 64** 21.04. 2022	«Народные традиции Кубани»	Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в лазании. Закреплять умения бросать мяч через волейбольную сетку в парах, прыгать через короткую скакалку, лазать по канату; развивать мышцы рук; упражнять.	Ходьба на носках; на пятках; «обезьянки» (в быстром темпе); боком приставным шагом; обычная ходьба; прямой галоп; дыхательные упражнения; бег спиной вперед; бег со сменой направления движений по свистку; построение в звенья	с кубиками № 33	**Равновесие:** бег по наклонной доске. **Прыжки** через короткую скакалку на одной ноге, стоя на месте и с продвижением вперед. **Лазание:**пролезание в катящийся обруч *(обруч катит другой ребенок).*	1.«Веселые пчелы» № 54, 2. «Салка на одной ноге» № 55,	М/и: «Земля, вода, воздух, огонь» № 80
34	**№ 65** 25.04 2022 **№ 66** 28.04 2022	«О многих шестиногих ».	Упражнять в ходьбе и беге в чередовании. Развивать координацию и точность движения. Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях	Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по два; ходьба колонной по два, перестроение в колонну по одному в движении; ходьба и бег с перешаги-ванием через набивные мячи.	с обручем № 34	**Равновесие:** ходьба по канату боком приставным шагом, руки за голову. **Метание:**эстафета с мячом «Передал — садись». **Лазание** по канату	1.**«Караси и щука»** № 56, 2. «Кто дальше прыгнет» № 57,	М/и: «Совушка» № 84

Перспективно – тематическое планирование занятий по физической культуре подготовительной к школе группы «Малыш».

Май.

№ п/п	Дата	Тема	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
					Комплекс ОРУ	ОВД	Подвижные игры	

35	**№ 67** 05.05 2022	«9 Мая – День Победы»	Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии; учить прыгать с разбега; закреплять умение метать вдаль.	Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках; спиной вперед; в полуприседе; «крабики»; «слоники»; обычная ходьба; дыхательные упражнения; прыжки на левой и правой ноге; легкий бег; быстрый бег (3 круга); с высоким подниманием колен	со скакалкой, сложенной вчетверо № 36	**Равновесие:**ходьба по скамейке (буму) с мячом в руках — на каждый шаг передача мяча перед собой и за спиной; **Прыжки** в длину с разбега до ориентира (расстояние от линии до ориентира 1,8 м). **Метание:**метание набивного мяча (вес 1 кг) двумя руками из-за головы.	1.«Сбей булаву, кеглю» № 59, 2. «Удочка» № 9	М/и: «Летает - не летает» № 88
36	**№ 68** 12.05 2022	«Путешествие в прошлое книги»	Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения; укреплять мышцы кистей рук, стоп; упражнять в прыжках на двух ногах через препятствие, развивать двигательные навыки в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице.	Ходьба на носках, на пятках, с постановкой одной ноги на пятку, другой - на носок, «муравьишки», «слоники», с перекатом с пятки на носок, гусиным шагом; дыхательные упражнения бег с заданиями (взять два кубика, пробежать круг и положить обратно в корзину), быстрый бег (1,5 мин)	со скакалкой, сложенной вчетверо № 24	**Лазание:** влезание на гимнастическую лестницу и спуск с нее в разном темпе (быстро, медленно) с перекрестной и одноименной координацией движения рук. **Равновесие:**ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове; **Прыжки** на двух ногах последовательно через 5—6 шнуров.	1.«Баба- Яга» № 40, 2.«Бездомный заяц» № 35	М/и: «Подскажи словечко» № 76

37	**№ 69** 16.05 2022 **№ 70** 19.05 2022	До свидания детский сад»	Упражнять в ходьбе и беге; в длину с места; закреплять умение метать вдаль. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость).	Ходьба на носках, руки в стороны; на пятках; скрестным шагом вперед; обычная ходьба; боковой галоп правым и левым боком; дыхательные упражнения; легкий бег; бег спиной вперед; бег широким шагом.	со средним мячом № 37	**Прыжки** в длину с места. **Метание:** метание мяча одной рукой от плеча вдаль (расстояние не менее 6-12 м). **Бег** на скорость (дистанция 30 м);	1. «Огородники» № 22, 2. «Круговая лапта»	М/и: «Летает - не летает» № 63
38	**№ 71** 23.05 2022 **№ 72** 26.05 2022	«Скоро в школу».	Упражнять в ходьбе и беге в чередовании. Развивать координацию и точность движения. Выявить уровень физического развития детей (меткость, ловкость, быстроту и выносливость). Воспитание дружелюбия и терпения в играх и упражнениях	Ходьба и бег в чередовании. Ходьба врассыпную, нахождение своего места в колонне.	с гимнастической палкой № 39	**Метание** набивного мяча в даль; **Бег** на скорость 30 м; **Прыжки**: на 2-х ногах на месте.	1.«Мы веселые ребята» № 15, 2. «Мяч через сетку» № 21,	М/и: «Съедобное — несъедобное» № 65