

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга
«Радуга»**

ПРИНЯТА:

решением Педагогического Совета
ГБДОУ детского сада
Центрального района СПб «Радуга»
протокол от 29.08.2025 № 1

с учетом мнения Совета родителей
ГБДОУ детский сад
Центрального района СПб «Радуга»
Протокол от 28.08.2025 №1

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом от 29.08.2025 № 114-од

Заведующий Н.Н. Тимофеева

**Рабочая программа
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
на 2025-2026 учебный год
возраст обучающихся: от 3 до 7 лет**

Тимофеева Марина Валерьевна,
инструктор по физической культуре

Санкт- Петербург, 2025

СОДЕРЖАНИЕ		
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2.	Характеристика возрастных-физических особенностей развития детей	5
1.3.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	6
1.4.	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми	8
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10
2.1.	Содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие»	10
2.2.	Интеграция с другими образовательными областями	38
2.3.	Годовой план работы инструктора по физической культуре на текущий год	39
2.4.	Комплексно- тематическое планирование	41
2.5.	Культурно-досуговая деятельность	41
2.6.	Формы взаимодействия с родителями воспитанников	42
2.7.	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программ, части, формируемой участниками образовательных отношений	44
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	45
3.1.	Физкультурно-оздоровительная работа	45
3.2.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	51
3.3	Методическое обеспечение образовательной деятельности	51
3.4	Материально-техническое оснащение программы	52
4.	ПРИЛОЖЕНИЕ	57
4.1.	Комплексно-тематическое планирование	57
4.2.	Календарное планирование	85

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка:

Цель	Реализация содержания образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад Центрального района СПб «Радуга» в соответствии с требованиями ФОП ДО и ФГОС ДО.
Задачи	• охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; • обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности; • обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО; • приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; • создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей; • построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития; • создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей; • обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности; • достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития; 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

	3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников; 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности; 6) сотрудничество ДОО с семьей; 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности; 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.
Нормативно-правовые документы	• Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023) • Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации”» • Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся» • Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 № 71847) • Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013г. № 1155 (с изм. на 08.11.2022); • Указ Президента Российской Федерации Путина В.В. от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»; • Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р; • Указ Президента РФ от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» • Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; • Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования по обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

	• Образовательная программа дошкольного образования; • Устав; • Иные локальные акты ГБДОУ
Срок реализации рабочей программы	2025-2026 учебный год (1 сентября 2025 – 31 августа 2026 года)

1.2. Характеристика возрастных-физических особенностей развития детей

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)	
На четвертом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног). Во второй младшей группе важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Их учат слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движения согласованно с другими детьми после соответствующего указания воспитателя, находить своё место в групповых построениях. Так же детей начинают приобщать к подготовке занятий. Оценка деятельности преимущественно должна быть направлена на анализ их активности, умения действовать сообща, а также на правильность выполнения упражнений. Во второй младшей группе детей учат строиться – подгруппами и всей группой – в колонну по одному, в одну шеренгу, круг, находить своё место в строю. В первой половине года воспитатель оказывает детям помощь, используя зрительные ориентиры, а в дальнейшем малыши учатся находить своё место самостоятельно.	
Средняя группа (4 до 5 лет)	
На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества. В средней группе проводятся три физкультурных занятия в неделю, одно из них – на прогулке. Продолжительность каждой части увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счёт усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Детей следует привлекать к подготовке и раздаче инвентаря и его уборке после занятия.	

Проговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, воспитатель тем самым помогает детям лучше осознать задание. Поощрение, поддержка помогают детям преодолевать трудности, развивают уверенность в своих силах. При обучении основным видам движений применяются игровые приёмы.
Старшая группа (от 5 до 6 лет)
На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу). Приёмами обучения служат показ и объяснение. Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребёнка. В содержание физкультурных занятий необходимо включать упражнения на формирование правильной осанки и предупреждения плоскостопия.
Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)
На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность. занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

1.3 Планируемые результаты освоения рабочей программы

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 4 годам	
1.	Ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям.
2.	Проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм.
3.	Ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе.
4.	Ребенок выполняет простейшие правила построения и перестроения.

5.	Ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре.
6.	Ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения.
7.	Ребенок имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 5 годам	
1.	Ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.
2.	ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
3.	Настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности.
4.	Ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.
5.	Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
6.	Ребенок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни.
7.	Ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни.

Планируемые результаты освоения рабочей программы к 6 годам	
1.	Ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности.
2.	Проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам.
3.	Показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
4.	Имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха.
5.	Ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений.
6.	Ребенок способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
7.	Ребенок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности.
8.	Ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.

Планируемые результаты освоения рабочей программы к окончанию дошкольного возраста к 7 годам	
1.	Имеет начальные представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
2.	Ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
3.	Участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности.
4.	Владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими.
5.	Проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности.
6.	Имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности.
7.	Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности.

1.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми

В учебный период проводится **оценка индивидуального развития детей**. Такая оценка проводится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

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

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

В основе оценки лежат следующие принципы:

- она строится на основе реального поведения ребенка, а не на результате выполнения специальных заданий. Информация фиксируется посредством прямого наблюдения за поведением ребенка. Результаты наблюдения педагог получает в естественной среде (в игровых ситуациях, в ходе режимных моментов, в процессе организованной образовательной деятельности);
- тесты проводят педагоги, специалисты, которые проводят с ребенком много времени, хорошо знают ребенка;
- оценка максимально структурирована.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей включает в себя диагностические таблицы, разработанные Н.В.Верещагиной. Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год, согласно п.16.5 ФОП ДО, в начале и конце учебного года. Для проведения сравнительного анализа используется подсчет средних значений по достижениям конкретного ребенка и по отдельному параметру оценивания каждой образовательной области. Это помогает педагогам планировать индивидуальную работу с детьми, вносить коррективы в содержание образовательной деятельности. Низкие показатели на конец года указывают педагогам на те области, в отношении которых должна быть усилена работа с отдельными детьми или всей группой.

Оценка образовательного процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям.

Система оценок мониторинга:

- «высокий уровень» (5 баллов) – ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно;
- «средне-высокий уровень» (4 балла) – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
- «средний уровень» (3 балла) – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
- «низко-средний уровень» (2 балла) – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
- «низкий уровень» (1 балл) – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает.
-

Результаты педагогической диагностики индивидуального развития детей позволяют:

- выявить трудности освоения программного материала по возрасту у каждого ребенка;
- определить параметры образовательного процесса в группе, которые нуждаются в корректировке и расширении.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			
2.1. Содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие»			
2.1.1. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития			
3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 – 7
<u>Обогащать</u> двигательный опыт детей, <u>используя упражнения основной гимнастики</u> (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре.	<u>Обогащать</u> двигательный опыт детей, <u>способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики</u> (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр.	<u>Обогащать</u> двигательный опыт, <u>создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно</u> выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки.	<u>Обогащать</u> двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки. Освоение новых элементов спортивных игр и совершенствование сформированных умений и навыков в предыдущих возрастных периодах.
<u>Развивать</u> психофизические качества, – ориентировку в пространстве, – координацию, – равновесие, – способность быстро реагировать на сигнал.	<u>Формировать</u> психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), – ориентировку в пространстве – развивать координацию, – меткость,	<u>Развивать</u> психофизические качества, – ориентировку в пространстве, – равновесие, – координацию, – мелкую моторику, – точность и меткость.	<u>Развивать</u> психофизические качества (точность, меткость, глазомер, мелкая моторика), – ориентировку в пространстве, – самоконтроль, – самостоятельность,

			– творчество.
	<u>Воспитывать</u> – волевые качества, самостоятельность, – стремление соблюдать правила в подвижных играх, – проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений.	<u>Воспитывать</u> – самоконтроль и самостоятельность, – проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, – соблюдать правила в подвижной игре, – взаимодействовать в команде.	<u>Поощрять</u> – соблюдение правил в подвижной игре, – проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, – партнерское взаимодействие в команде.
		<u>Воспитывать</u> – патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, – формах активного отдыха.	<u>Воспитывать</u> – патриотизм, – нравственно-волевые качества и – <u>гражданскую идентичность в двигательной деятельности</u> и различных формах активного отдыха.
<u>Формировать</u> интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, – воспитывать самостоятельность.	<u>Продолжать формировать</u> интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, – формировать первичные представления об отдельных видах спорта.	<u>Продолжать развивать</u> интерес к физической культуре, – формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов.	<u>Формировать осознанную потребность</u> в двигательной деятельности, – <u>поддерживать интерес</u> к физической

			культуре и спортивным достижениям России, – <u>расширять представления</u> о разных видах спорта.
<u>Укреплять здоровье</u> детей средствами физического воспитания, – <u>создавать условия</u> для формирования правильной осанки, – <u>способствовать усвоению</u> правил безопасного поведения в двигательной деятельности.	<u>Укреплять здоровье</u> ребенка, опорно-двигательный аппарат, – <u>формировать</u> правильную осанку, – <u>повышать</u> иммунитет средствами физического воспитания.	<u>Укреплять здоровье</u> ребенка, опорно-двигательный аппарат, – <u>формировать правильную осанку</u> , – <u>повышать иммунитет</u> средствами физического воспитания.	<u>Сохранять и укреплять</u> здоровье детей средствами физического воспитания,
<u>Закреплять</u> культурно-гигиенические <u>навыки и навыки</u> самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к	<u>Формировать представления</u> о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной здоровому образу жизни деятельности	<u>Расширять представления</u> о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха.	<u>Расширять и уточнять представления</u> о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий.
		<u>Воспитывать</u> бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной	<u>Воспитывать</u> бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего

		деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.	здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.
--	--	--	--

2.1.2. Содержание образовательной деятельности			
3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 – 7
Педагог <u>формирует умение</u>: – организованно выполнять строевые упражнения, – находить свое место при совместных построениях, передвижениях.	Педагог формирует и закрепляет: – двигательные умения и навыки, – развивает психофизические качества при: – выполнении упражнений основной гимнастики, – а также при проведении подвижных и спортивных игр.	Педагог формирует, закрепляет и <u>совершенствует</u>: – двигательные умения и навыки, – развивает психофизические качества, – обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, – поддерживает детскую инициативу.	Педагог <u>создает условия для дальнейшего совершенствования и закрепления</u> – основных движений, – развития психофизических качеств и способностей, – общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, – спортивных упражнений, – освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет.
<u>Педагог формирует умение организованно выполнять по показу</u> – общеразвивающие, музыкально - ритмические упражнения; – создает условия для активной двигательной деятельности и – положительного эмоционального состояния детей.	<u>Помогает:</u> – точно принимать исходное положение, – показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, – укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками,	<u>Поощряет стремление выполнять упражнения</u> технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.	

1. Педагог воспитывает/формирует умение слушать и следить за показом, – умение выполнять предложенные задания сообща, действуя, в общем, для всех темпе.	Педагог воспитывает/ формирует: умение слышать и выполнять указания, – умение ориентироваться на словесную инструкцию; Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений	<u>Закрепляет умение осуществлять</u> – самоконтроль за соблюдением техники выполнения упражнений; – самоконтроль – оценку качества выполнения упражнений другими детьми;	В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы <u>педагог обучает детей</u> – следовать инструкции, – слышать и выполнять указания, – соблюдать дисциплину, – осуществлять самоконтроль – давать оценку качества выполнения упражнений.
<u>Организует</u> подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.	<u>Поддерживает</u> стремление соблюдать правила в подвижной игре; <u>поощряет</u> проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.	<u>Создает условия для</u> – освоения элементов спортивных игр, – использует игры-эстафеты; <u>Поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх:</u> – поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; – поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.	<u>Поддерживает</u> стремление творчески использовать <u>двигательный опыт</u> в – самостоятельной деятельности; – на занятиях гимнастикой; – самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры; – общеразвивающие упражнения; – комбинировать их элементы, импровизировать.
Педагог <u>продумывает и организует</u> активный отдых	<u>Начинает</u> формировать <u>элементарные представления</u> о разных формах активного отдыха, включая туризм,	<u>Организует</u> для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги. с соответствующей тематикой	<u>Поддерживает</u> интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху,
<u>Приобщает</u> детей к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности,	<u>Формирует представление</u> о правилах поведения в двигательной деятельности	<u>Способствует формированию навыков</u> безопасного поведения в двигательной деятельности.	

Приобщает детей к здоровому образу жизни.	Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.	Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни.	Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях
Формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.	Формирует и закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.		
Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.			
2.1.3. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)			
2.1.3.1. Основные виды движения			
2.1.3.1.1. Бросание, катание, ловля, метание			
3-4	4-5	5-6	6-7
– катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; -прокатывание мячей в прямом направлении, друг другу, в ворота, бросание мячей воспитателю*	–прокатывание мяча между* линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет;	–прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); –прокатывание набивного мяча;	– катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; - прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей - Прокатывание мяча между предметами;* - прокатывание набивного мяча;**
подбрасывание мяча вверх и ловля его;	–подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд;	подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд;	-подбрасывание мяча вверх и ловля его в прыжке**

– бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах	–бросание и ловля мяча в паре; –бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; –бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; - бросание вдаль	- бросание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы: бросать вдаль предметы разного веса; -сидя бросать двумя руками из-за головы набивной мяч;**	-бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз;
бросание мяча вверх и о землю и ловля его*	отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд;	отбивание мяча об пол на месте 10раз	передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую;
бросание мяча воспитателю и ловля его обратно*	передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях;	перебрасывание мяча из одной руки в другую;	
- перебрасывание мяча, стоя парами лицом друг другу;**	перебрасывание мяча друг другу в кругу;	– перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях;	–перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча;
перебрасывание мяча через сетку;	перебрасывание мяча через сетку;	– перебрасывание мяча через сетку	–- перебрасывание мяча через сетку
		ведение мяча 5 - 6 м;	ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; -ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому);
произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога	- прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; - прокатывание обруча друг другу в парах;	- прокатывание обруча, бег за ним и ловля;	- <i>совершенствование навыков владения обручем*</i>
– бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; – бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне	-попадание мячом в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м.	-метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); -забрасывание его в баскетбольную корзину.	–метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; –метание вдаль, –метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину;

глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль;			
2.1.3.1.2. Ползание, лазанье			
3-4	4-5	5-6	6-7
ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой);	ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями	-ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени); -ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями	
ползание по гимнастической скамейке за катящимся мячом	ползание на четвереньках по наклонной доске по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами;	
проползание на четвереньках под 3- 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м)	проползание в обручи, под дуги	проползание под скамейкой;	
ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске;	ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони	-ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад;	
влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее;	влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек;	лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом.	влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным
	переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки,		
-подлезание под дугу, не касаясь руками пола;	-подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.	-переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле;	–перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами;
		-лазанье по веревочной лестнице;	

		выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками);	
			влезание по канату на доступную высоту
2.1.3.1.3. Ходьба			
3-4	4-5	5-6	6-7
ходьба в заданном направлении – небольшими группами, – друг за другом, – парами друг за другом	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа движения	ходьба обычным шагом, в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты.	ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; -ходьба выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; -ходьба в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;
- ходьба по ориентирам (по прямой, по кругу; – ходить, обходя предметы, врассыпную, "змейкой"; – ходьба с поворотом и сменой направления); – ходьба на носках; - ходьба, высоко поднимая колени	- ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; - ходьба в противоположную сторону; - ходьба со сменой ведущего	- ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы - ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м;	
- ходьба, перешагивая предметы	- ходьба, перешагивая предметы; - ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой"	- ходьба, перешагивая предметы; - ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", без ориентиров.	
- ходьба в разных направлениях; -ходьба с выполнением заданий (присесть, встать,	- ходьба в сторону, назад, на месте; - ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).		

идти дальше)			
- ходьба по наклонной доске	- ходьба по наклонной доске с выполнением заданий		
- ходьба в чередовании с бегом;	- ходьба в чередовании с бегом, прыжками; - ходьба приставным шагом вперед, с остановкой по сигналу		
2.1.3.1.4. Бег			
3-4	4-5	5-6	6-7
-бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; - бег по кругу, в парах; - бег по кругу, держась за руки	- бег в колонне по одному, высоко поднимая колени; - бег на месте; - бег в парах; - бег по кругу, держась за руки;	-бег в колонне по одному "змейкой", бег с пролезанием в обруч; - бег, высоко поднимая колени; - бег группами, оббегая предметы;	бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками
- бег, оббегая предметы, между двух или вдоль одной линии;	- бег, оббегая предметы	-бег между расставленными предметами;	-бег, перешагивая рейки и другие невысокие препятствия**
- бег со сменой направления, с остановками; -бег мелким шагом; -бег на носках; -бег в чередовании с ходьбой; - бег убегание от ловящего, ловля убегающего;	- бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; -бег мелким шагом; -бег на носках; -бег в чередовании с ходьбой; -бег врассыпную с ловлей и увертыванием.	- бег в заданном темпе; -бег мелким шагом и широким шагом; -бег на носках; -бег с ловлей и увертыванием, догоняя убегающих, и убегая от ловящих;	- бег с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок) -бег мелким шагом и широким шагом; -бег на носках; -бег с ловлей и увертыванием, догоняя убегающих, и убегая от ловящих;
- бег в течение 50 - 60 сек; - быстрый бег 10 - 15 м; - медленный бег 120 - 150 м	- непрерывный бег 1 - 1,5 мин; - медленный бег 150 - 200 м; - бег на скорость 20 м; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза;	- непрерывный бег 1,5 - 2 мин; - медленный бег 250 - 300 м; - быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - челночный бег 2 x 10 м, 3 x 10 м; - пробегание на скорость 20 м;	- медленный бег до 2 - 3 минут; -быстрый бег 20 м 2 - 3 раза с перерывами; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - челночный бег 3x10 м; - бег наперегонки;

	- челночный бег 2х5		- бег по пересеченной местности; - бег 10 м с наименьшим числом шагов;
-перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую;		- бег с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих;	
		- бег под вращающейся скакалкой;	- бег со скакалкой;
			- бег в сочетании с прыжками; - бег, высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук - бег с захлестыванием голени назад; - бег, выбрасывая прямые ноги вперед; - бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега);
2.1.3.1.5. Прыжки			
3-4	4-5	5-6	6-7
- прыжки на двух и на одной ноге; - прыжки на месте,	– прыжки на двух ногах на месте, – прыжки на двух ногах на месте с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь; – прямой галоп;	– подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; – подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; – подпрыгивание с ноги на ногу,	– прыжки на месте и с поворотом кругом; – прыжки смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; – подпрыгивания вверх из глубокого приседа; – прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек;
прыжки, продвигаясь вперед на 2 - 3 м;	подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м;	- прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; - прыжки на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м;	

-прыжки через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); - прыжки через 2 линии (расстояние 25 - 30 см), - прыжки через 4 - 6 параллельных линий (расстояние 15 - 20 см); - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; -прыжки в длину с места (не менее 40 см);	- прыжки через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; -прыжки в длину с места(не менее 40-50 см.)	- прыжки, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; - перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); - прыжки в длину с места (от 50 см и более, с учётом индивидуальных возможностей)	
- спрыгивание (высота 10 - 15 см),	- спрыгивание со скамейки (высота 15-20 см)	- спрыгивание с высоты (высота 20-25 см) в обозначенное место;	
		- впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами;	- впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага;
	- прыжки стараясь достать предмет, подвешенный над головой;	- прыжки в высоту с разбега;	прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование
	- выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами;	- подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза;	- подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой,
	- попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой	- прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см);	- прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них;
		- перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом;	- прыжки с ноги на ногу;
		- прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку.	- бег со скакалкой;
			- прыжки через обруч, вращая его как скакалку;
			- прыжки через длинную скакалку

			- пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; - вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; - пробегание под вращающейся скакалкой парами.
2.1.3.1.6. Упражнения в равновесии			
3-4	4-5	5-6	6-7
- ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным шагом; - ходьба на носках, с остановкой. - ходьба с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение);	- ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; - ходьба по доске, (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);	ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой;	- педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей; - стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза;
- ходьба по гимнастической скамье	ходьба по гимнастической скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);	- стойка на гимнастической скамье на одной ноге; - поднятие на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; - пробегание по скамье;	- ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; - ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; - ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок
ходьба с перешагиванием рейки лестницы, лежащей на полу		ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком;	

ходьба по шнуру, плоскому обручу, лежащему на полу, приставным шагом;	ходьба по шнуру с мешочком на ладони вытянутой вперёд на ладони руки;**	ходьба по шнуру с песочным мешочком на голове***	ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони;
- ходьба по ребристой доске; - ходьба по наклонной доске;	ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней;	- ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); - ходьба по наклонной доске вверх и вниз; - стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; - пробегание по наклонной доске вверх и вниз;	- ходьба по наклонной доске вверх и вниз; - стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; - пробегание по наклонной доске вверх и вниз
		приседание после бега на носках, руки в стороны;	
- кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.		- кружение парами, держась за руки; - "ласточка".	- кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; - кружение после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение "ласточки".
			- прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колене другой ноги мешочек с песком; - подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя (прокатывая) перед собой набивной мяч; - стойка на носках
2.1.3.2. Общеразвивающие упражнения			
2.1.3.2.1. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса			
3-4	4-5	5-6	6-7

поднимание и опускание прямых рук вперед;	- основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);	- поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно	- поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх
основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);		- поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; - сгибание и разгибание рук; - круговые движения вперед и назад;	
отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);		поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь);	
перекладывание предмета из одной руки в другую		перекладывание предмета из одной руки в другую впереди /перед собой и сзади себя /за спиной	
хлопки над головой и перед собой;		хлопки впереди / перед собой и сзади себя / за спиной ;	
махи руками;	сгибание и разгибание рук, махи руками;	махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя	махи и рывки руками
упражнения для кистей рук	сжатие и разжимание кистей рук, вращение кистями;	сжатие и разжимание кистей	сжатие пальцев в кулак и разжимание;
выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;	выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;		
	-повороты головы вправо и влево, наклоны головы	повороты головы вправо и влево, наклоны головы*	
2.1.3.2.2. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:			
3-4	4-5	5-6	6-7
потягивание, приседание, обхватив руками колени	- приседания на всей стопе и на носках, держа ноги вместе или разведя колени в стороны, с различным исходным положением рук (руки вперед, к плечам, в стороны)** - совершенствование полученных ранее навыков**		
наклоны вперед и в стороны	наклоны вперед, вправо, влево,	наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево	наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя
повороты со спины на живот и обратно	повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя		повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений
сгибание и разгибание ног из положения сидя		сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине	

поднимание и опускание ног из положения лежа	поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках	поднимание ног из исходного положения лежа на спине	поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине
2.1.3.2.3. Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:			
3-4	4-5	5-6	6-7
поднимание и опускание ног, согнутых в коленях		поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре	
- сгибание и разгибание ног; - отведение ноги вперед, в сторону, назад; - поднимание на носки и опускание на всю ступню;			
приседание с предметами, поднимание на носки	приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны;	приседание, обхватывая колени руками;	приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены);
выставление ноги вперед, в сторону, назад;	выставление ноги на пятку (носок);	совершенствование ранее приобретённых навыков**	
	махи ногами;		- махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; - выпады вперед и в сторону
	захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.	захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место	- захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место. - подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп;
- упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной); - упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими)			
			- упражнения с разноименными движениями рук и ног, с усложнением исходных положений и техники выполнения.
2.1.4. Ритмическая гимнастика			

2.1.4.1. Музыкально-ритмические упражнения,			
3-4	4-5	5-6	6-7
- разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры:	- разученные на музыкальном занятиях, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.	- комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.	- комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.
2.1.4.2. Рекомендуемые упражнения			
3-4	4-5	5-6	6-7
ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки,	ритмичная ходьба и бег под музыку в разном темпе;	ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах	- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками,
на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом;	на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком,	- на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках,	
- поочередное выставление ноги - вперед, на пятку, притопывание, приседания "пружинки", кружение;	- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, - повороты, поочередное "выбрасывание" ног	- поочередное выбрасывание ног - вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад в сторону, кружение,	
	- прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку;	различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);	
- имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный	движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку,	подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом,	подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку,

детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее)	комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.	кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.	комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.
2.1.4.3. Строевые упражнения			
3-4	4-5	5-6	6-7
Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам.	Построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную.	Построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг.	Быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге.
Перестроение в колонну по два, врассыпную.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении.	Перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.	Перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2 - 3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две.
Смыкание и размыкание обычным шагом.	Размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без них.	Размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны.	Размыкание и смыкание приставным шагом.
Повороты направо и налево переступанием.	Повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.	Повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком.	Повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.
2.1.4.4. Подвижные игры			
3-4	4-5	5-6	6-7
Педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры	Педагог продолжает: - закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, - поощряет желание выполнять роль водящего, - развивает пространственную ориентировку,	Педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, - оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил,	Педагог продолжает - знакомить детей с подвижными играми, - поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет),

	– самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников.	– помогает быстро ориентироваться в пространстве, – наращивать и удерживать скорость, – проявлять находчивость, целеустремленность	способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве. 2. Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; 3. Побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. 4. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать.
Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).	Приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).	Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно - волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает	Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности

		инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.	
2.1.4.5. Спортивные игры			
3-4	4-5	5-6	6-7
		Педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.	
		Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5 - 6 м) и полукона (2 - 3 м); знание 3 - 4 фигур	Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4 - 5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.
		Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.	Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча

			одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.
		Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3 - 5 м); игра по упрощенным правилам.	Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч "змейкой" между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.
		Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.	Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.
			Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.
			Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота,

			держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.
2.1.4.6. Спортивные упражнения			
3-4	4-5	5-6	6-7
Педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.		Педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.	
2.1.4.7. Катание на санках			
3-4	4-5	5-6	6-7
по прямой, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.	подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.	по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки	игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.
2.1.4.8. Ходьба на лыжах:			
3-4	4-5	5-6	6-7
по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.	скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуелочкой".	по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуелочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.	скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500 - 600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку "лесенкой", "елочкой".

2.1.4.9. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:			
3-4	4-5	5-6	6-7
Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.	Катание на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью	Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.	Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.
2.1.4.10. Плавание			
3-4	4-5	5-6	6-7
Погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.	Погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.	Ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость. Движения прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору. Скольжение на груди, плавание произвольным способом.	Погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз). Проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10 - 15 м). Упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.
2.1.4.11. Катание на коньках:			
3-4	4-5	5-6	6-7
			удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

2.1.5. Формирование основ здорового образа жизни			
3-4	4-5	5-6	6-7
Педагог <u>поддерживает стремление</u> ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками;	<u>Способствует пониманию</u> детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья	<u>Продолжает воспитывать</u> заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).	<u>Педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления</u> о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья;
<u>Формирует</u> первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья	Уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него	<u>Педагог продолжает уточнять и расширять</u> представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе).	<u>Приучает детей</u> следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.
<u>Напоминает</u> о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила.	<u>Напоминает</u> о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое).	<u>Уточняет и расширяет представления</u> о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок.	<u>Дает доступные по возрасту представления</u> о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий.

	Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.	Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья	Расширять представления о разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов
2.1.6. Активный отдых*			
2.1.6.1. Предлагаемое (рекомендуемое) тематическое содержание физкультурных досугов и праздников			
3-4	4-5	5-6	6-7
Досуг	Досуги и праздники		
Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.			
2.1.6.2. Физкультурные досуги			
3-4	4-5	5-6	6-7
Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе			
Продолжительность 20 - 25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.	Продолжительность 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.	Продолжительность 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания	Продолжительность 40 - 45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.
2.1.6.3. Физкультурные праздники			
3-4	4-5	5-6	6-7

	Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.		
	Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей	Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.	Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.
2.1.6.4. Дни здоровья			
3-4	4-5	5-6	6-7
День здоровья проводится 1 (один) раз в квартал			
В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия).	В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.	В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.	В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.
<i>Прогулки и экскурсии (простейший туризм)**</i>		Туристские прогулки и экскурсии	
		Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой	Организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок. Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35 - 40 минут, общая продолжительность не более 2 - 2,5 часов. Время непрерывного движения 20 - 30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного

	и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.	края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.
--	---	--

2.2. Интеграция с другими образовательными областями

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на основах взаимозависимости и взаимодополняемости. Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы ДОУ. В педагогической науке понятие «интеграция в сфере образования» определяется как средство и условие достижения целостности мышления. Интегративный подход даёт возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности.

Образовательная область – «Социально коммуникативное развитие»	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Побуждение к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.
Образовательная область «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. Измерение (измерение расстояний условными мерками, подсчёт количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнением, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные 8 явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку).
Образовательная область «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. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и в подвижных играх; обогащать словарь детей за счет расширения представлений о физических упражнениях, и.п., зимних и летних видах спорта, подвижных игр и эстафет; развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Образовательная область – «Художественно эстетическое развитие»	Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок, потешек. Отражение впечатлений детей о прослушанных и знакомых произведений, литературных героях и событиях на физкультурных занятиях и вечерах досуга; использование различных жанров фольклора (загадки, заклички, считалки) на физкультурных занятиях, вечерах досуга, спортивных праздниках и подвижных играх; освоение элементов танца и ритмопластики для создания танцевальных композиций спортивного направления.

2.3. Годовой план работы инструктора по физической культуре на текущий год

№ п/п	Содержание работы, мероприятия	Срок выполнения
I. Методическая работа.		
1.	Составить перспективный комплексно – тематический план ОД	Сентябрь
2.	Составить конспекты занятий для всех возрастных групп.	В течении года
3.	Познакомиться с новинками методической литературы	В течении года
4.	Работа по теме самообразования.	В течении года
II. Физкультурно – оздоровительная работа.		
1.	Провести диагностику физической подготовленности детей.	Сентябрь Май
2.	Закаливающие мероприятия: дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж.	В течении года
III. Физическое развитие в режиме дня.		
1.	Утренняя зарядка	Ежедневно
2.	Физкультурные занятия в помещении и на открытом воздухе	По расписанию
3.	Самостоятельная двигательная активность детей	Ежедневно
4.	Спортивные досуги и развлечения	1 раз в неделю
5.	Физкультурно – оздоровительные праздники	2 раза в год
6.	Неделя Здоровья	1 раз в год
IV. Организационно – массовая работа.		
1.	Оформление стенда с информацией для родителей	В течении года
2.	Провести физкультурно – оздоровительные праздники	2 раза в год
3.	Провести спортивные досуги и развлечения	1 раза в неделю
4.	Неделя Здоровья	1 раз в год
5.	Открытые занятия по физической культуре	
V. Работа с воспитателями.		
1.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду.	В течении года.
2.	Консультирование по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств	В течении года.
3.	Участие в педагогических советах и педчасах ДООУ	

4.	Обсуждение результатов мониторинга	Сентябрь
5.	Консультация «Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ в процессе реализации задач образовательных областей «Физическая культура» и «Здоровье»»	Октябрь
6.	Консультация «Роль воспитателя в развивающей педагогике оздоровления дошкольного образовательного учреждения»	Ноябрь
7.	Буклет «Сундучок бабушкиных игр»	Декабрь
8.	Консультация «Совместные спортивные досуги и праздники в ДОУ, как эффективная форма пропаганды здоровой и крепкой семьи»	Январь
9.	Консультация «Здоровье и мы! Как научить дошкольников вести ЗОЖ»	Февраль
10.	Создание развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ в соответствии с ФГОС ДО: создание условий в группе для самостоятельной двигательной активности детей	Март
11.	Консультация «Игровой подход к развитию двигательных навыков дошкольников»	Апрель
12.	Результаты диагностики физического развития и физической подготовленности воспитанников	Май
VI. Работа с родителями.		
1.	Индивидуальные рекомендации и беседы.	По запросу родителей.
2.	Приглашение родителей на физкультурно – оздоровительные праздники.	В течении года.
3.	Оформление памятки «Спортивная форма на физкультурном занятии»	Сентябрь
4.	Консультация «Как выбрать вид спорта»	Октябрь
5.	Консультация «Босохождение»	Ноябрь
6.	Консультация «Как правильно организовать физкультурные занятия для дошкольников в домашних условиях»	Декабрь
7.	Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»	Январь
8.	Консультация «Правильная осанка – гарант здоровья ваших детей»	Февраль
9.	Папка – передвижка «Здоровыми быть хотим или советы доктора Неболейкина»	Март
10.	Оформление памятки «В здоровом теле – здоровый дух»	Апрель
11.	Индивидуальные беседы по результатам мониторинга по физическому развитию.	Май

2.4. Комплексно-тематическое планирование (см. Приложение 1)

2.5. Культурно-досуговая деятельность

Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников на 2023- 2024учебный год

Месяц	Младшая	Средняя	Старшая	Подготовительная
Сентябрь	«Лесная сказка»	«Осень»	«Здравствуй, детский сад»	«Здравствуй, детский сад»
Октябрь	«Мячик круглый есть у нас»	«Осенние забавы»	«Осенний марафон»	«Осенний марафон»
Ноябрь	«Колобок»	«В гостях у мяча»	«Мой веселый звонкий мяч»	«Мы спортсмены»
Декабрь	«Зимушка-зима»	Зимние забавы	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»
Январь	«Снежинки»	«Как дети деда мороза искали»	«Как дети деда мороза искали»	«Олимпийские игры»
Февраль	«Мы юные, отважные»	«Армейские учения»	«Папа и я – защитники Отечества»	«Папа и я – защитники Отечества»
Март	«В гости к бабушке пойдем» - досуг к 8марта	«В гости к бабушке идем» - досуг с полосой препятствия	«Путешествие в страну игр»	«Эстафетомания» спортивный досуг
Апрель	«Мы растем здоровыми»	«Мы растем здоровыми»	«День Здоровья»	«День Здоровья»
Май	«В гостях у Матрешки»	«В гостях у цирка»	«Эстафета зеленого огонька»	«Эстафета зеленого огонька»
Июнь	«Лето красное»	«Лето красное»	«Здравствуй солнце красное»	«Лето красное, солнце ясное»
Июль	Летнее путешествие	Летнее путешествие	«За солнышком»	«Физкульт-ура!»
Август	Летние забавы	Летние забавы	«Весёлые старты»	«Весёлые старты»

2.6. Формы взаимодействия с родителями

Система взаимодействия образовательного учреждения с семьей

Направления взаимодействия	Формы взаимодействия
Изучение семьи, запросов, уровня психолого-педагогической компетентности, семейных ценностей	Социологические обследования по определению социального статуса и микроклимата семьи, беседы (администрация, педагоги, специалисты), наблюдения за процессом общения членов семьи с ребенком, анкетирование, проведение мониторинга потребностей семей в дополнительных услугах.
Информирование родителей	Рекламные буклеты, информационные стенды, выставки детских работ, личные беседы, общение по телефону, индивидуальные записки, родительские собрания, сайт, передача информации по электронной почте и телефону, оформление наглядной информации (стенды, объявления, выставки детских работ, фотогазеты, памятки).
Консультирование родителей	Консультации на различную тематику, индивидуальное, семейное, очное, дистанционное консультирование, памятки.
Просвещение и обучение родителей	Семинары – практикумы, мастер – классы по запросу родителей, По выявленной проблеме (направленность - педагогическая, медицинская, семейно-образовательное право), приглашение специалистов, сайт, творческие задания, тренинги, семинары, подготовка и организация музейных экспозиций в учреждении, их активное использование.
Совместная деятельность детского сада и семьи	Родительский комитет, дни открытых дверей, организация совместных праздников, проектная деятельность, выставки совместного семейного творчества, семейные фотоколлажи, субботники, экскурсии, походы, досуги с активным вовлечением родителей.

Каждый специалист, работающий в учреждении, 1 раз в месяц консультирует по своему плану работы, с которым знакомит родителей на родительских собраниях в начале учебного года.

Примерная тематика консультаций для родителей

Индивидуальные рекомендации и беседы	По запросу родителей
Приглашение родителей на физкультурно – оздоровительные праздники.	В течении года
Оформление памятки «Спортивная форма на физкультурном занятии»	Сентябрь
Консультация «Как выбрать вид спорта»	Октябрь
Консультация «Босохождение»	Ноябрь
Консультация «Как правильно организовать физкультурные занятия для дошкольников в домашних условиях»	Декабрь
Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребенка»	Январь
Консультация «Правильная осанка – гарант здоровья ваших детей»	Февраль
Папка – передвижка «Здоровыми быть хотим или советы доктора Неболейкина»	Март
Оформление памятки «В здоровом теле – здоровый дух»	Апрель
Индивидуальные беседы по результатам мониторинга по физическому развитию.	Май

Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей (Весёлые старты, Папа. Мама, я – спортивная семья, Спортивные танцы и т.п.)

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

2.7. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программ, части, формируемой участниками образовательных отношений

Программы, реализуемые в части, формируемой участниками образовательных отношений	Вариативные формы, способы, методы и средства, используемые при осуществлении образовательного процесса при реализации Программ части, формируемой участниками образовательных отношений
Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»	Для разучивания и закрепления двигательных навыков и умений используются различные методы и приёмы. Важную роль в этом играет взаимодействие инструктора по физической культуре, воспитателя и детей. Занятия могут быть фронтальные, подгрупповые, индивидуальные, тренировочные, игровые. Важное значение имеет развивающая предметно - пространственная среда в зале. Для осуществления образовательного процесса необходимы интересные спортивные атрибуты. Используются следующие методы и формы: игровые занятия, досуги, праздники, развлечения, совместные мероприятия с родителями. Используются следующие технологии: игровые, здоровьесберегающие, компьютерные.
Н.Н. Авдеева, Р.Б. Стеркина, О.Л. Князева «Основы безопасности детей дошкольного возраста»	Использование различных форм и методов организации обучения осуществляется с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей, социокультурных различий, своеобразия домашних и бытовых условий, общей социально - экономической и криминогенной ситуации. Важную роль играет взаимодействие и взаимоотношения между воспитателями, воспитанниками и родителями, положительный пример со стороны взрослых, психологический климат. Необходимо уделять больше внимания организации различных видов деятельности, направленных на приобретение детьми определенного навыка поведения, опыта и учить применять знания на практике в реальной жизни. Для этого используются следующие методы и формы: рассказ воспитателя, беседы, дискуссии; чтение художественной и научной литературы; просмотр мультфильмов, познавательных передач; инсценировки, игры - имитации; моделирование ситуаций; дидактические, настольные игры; рассматривание картин, иллюстраций; создание совместных творческих работ. Используются следующие технологии: игровые, здоровьесберегающие, проектные, компьютерные.

3. Организационный раздел (интегрированные условия реализации обязательной части Программы и части, формируемой участниками образовательных отношений)

3.1. Физкультурно-оздоровительная работа

Примерная модель физического воспитания

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского				
1.1. Утренняя зарядка	Ежедневно Не менее 10 мин.	Ежедневно Не менее 10 мин.	Ежедневно Не менее 10 мин.	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			
1.6. Занятия на тренажерах, плавание (при наличии условий), спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 15-20 минут	1-2 раза в неделю 20 – 25 минут	1-2 раза в неделю 25 - 30 минут	1-2 раза в неделю 25 - 30 минут
2. Физкультурные занятия				
2.1 Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	3 раза в неделю по 25 минут	3 раза в неделю по 30 минут
2.2 Физкультурные занятия на свежем воздухе	-	-	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут

2.3 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 месяц	1-2 раза в месяц	1-2 раза в месяц	1-2 раза в месяц
3.4 Дни здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

Организация двигательного режима воспитанников

Формы организации	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Организованная деятельность	6 ч. в нед.	6 ч. в нед.	8 ч. в нед.	10 ч. в нед.	10 ч. в нед.
Утренняя зарядка		8 – 10 мин	8 – 10 мин	10 мин	10– 12 мин
Гимнастика после сна	5 – 8 мин	5 – 8 мин	5 – 10 мин	6 – 10 мин	8 – 10 мин
Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день 6 – 10 мин	Не менее 2-4 раз в день 6 – 10 мин	Не менее 2-4 раз в день 10 – 15 мин	Не менее 2-4 раз в день 15 – 20 мин	Не менее 2-4 раз в день 15 – 20 мин
Спортивные игры	Целенаправленное обучение на каждой прогулке				
Спортивные упражнения	---	10 мин	10 мин	15 мин	20 мин

Физкультурные упражнения на прогулке (ежедневно)	6 – 10 мин	10 – 12 мин	10 – 12 мин	10 – 15 мин	10 – 15 мин
Спортивные развлечения (Один-два раза в месяц)	---	20 мин	30 мин	30 мин	40 – 50 мин
Спортивные праздники	---	---	40 мин	60 – 90 мин	60 – 90 мин
День здоровья	Не реже 1 раза в квартал				
Неделя здоровья	2 раза в год				
Самостоятельная двигательная деятельность	На протяжении всей недели				

Система работы по физическому развитию

Формы работы	Содержание	Условия организации	Периодичность
Утренняя зарядка Цель проведения: повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия.	1. Традиционная гимнастика. 2. Гимнастика из набора подвижных игр. 3. Гимнастика с речитативом. 4. Оздоровительный бег. 5. Гимнастика на музыкальном материале.	В физкультурном зале В летний период на свежем воздухе	Ежедневно перед завтраком

Занятия по физической культуре, это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям.	Упражнения подбираются в зависимости от задач, от возраста, физического развития, состояния здоровья детей, физкультурного оборудования. Виды занятий: традиционное, сюжетно-игровое, из набора подвижных игр, тренировочное и др. Используются формы занятий с включением подвижных игр, упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту, праздники, развлечения.	На воздухе, в физкультурном зале, на физкультурной площадке.	3 раза в неделю
Подвижные игры	Используются различные виды игр.	В группе, на воздухе, на игровой площадке	Ежедневно
Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы)	Варианты: Упражнения на развитие, ритмические движения, упражнения на внимание и координацию движений. упражнения на равновесие, гимнастика расслабления, упражнения на формирование правильной осанки.	На воздухе, на игровой площадке	Ежедневно
Гимнастика после сна	Используются комплексы гимнастик	В групповой комнате	Ежедневно
Закаливающие мероприятия	Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей. Элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, сухое обтирание, обширное умывание, мытье ног после прогулки в летнее время, топтание по мокрой, сухой дорожке с использованием массажных дорожек «Здоровье»)	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану
Индивидуальная работа в режиме дня	Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования двигательной активности, предусматривается оказание помощи детям.	Устанавливается индивидуально	Ежедневно
Праздники, досуги, развлечения.	Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями	В физкультурном зале, на игровой площадке	По плану

Содержание оздоровительной работы

№	Разделы и направления работы	Формы работы
1.	Использование вариативных режимов для и пребывания ребенка в ДОУ	Типовой режим дня по возрастным группам Скорректированный (адаптационный, индивидуальный) режим дня Щадящий режим дня
2.	Психологическое сопровождение развития	Создание психологически комфортного климата в ДОУ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми Формирование основ коммуникативной и социальной деятельности у детей Медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период
3.	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка: Организованная деятельность Совместная деятельность воспитателя с детьми Самостоятельная деятельность детей	Утренняя зарядка Физкультминутки Динамические паузы Занятия по физической культуре Бодрящая гимнастика Спортивные праздники Спортивные игры и упражнения Подвижные игры на воздухе и в помещении Спортивные досуги Дни здоровья Подгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке
4.	Система работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни	Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности

		Формирование основ безопасности жизнедеятельности
5.	Оздоровительное и профилактическое сопровождение	Закаливание естественными физическими факторами: - режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, для проведения непосредственно образовательной деятельности по физической культуре, во время прогулок -режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна - местные и общие воздушные ванны - световоздушные ванны и солнечные ванны в весенне-летний период Комплекс неспецифической профилактики ОРВИ и гриппа: - «чесночные медальоны»; - дыхательная гимнастика; - точечный массаж. Комплекс профилактики плоскостопия
6.	Организация питания	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (группы с 12-ти часовым пребыванием)

3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Предметно-пространственная среда физкультурного зала предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства. Пространство зала приспособлено для удовлетворения ребёнком потребности в познании, общении, физическом и духовном развитии.

Образовательные области	Формы организации (уголки, центры, пространства и др.)	Обогащение (пополнение) предметно-пространственной среды группы	
		Содержание	Срок (месяц) реализации
Физическое развитие	Площадка детского сада	Мячи, скакалки для занятий на улице, футбольные ворота, самокаты Резиночки	Сентябрь, Октябрь, Апрель Май
	Физкультурный зал	Обручи Координационные лестницы Гимнастические ленты	Ноябрь Январь Март
	Уголки	Мячи массажные Гимнастические палки	Декабрь Февраль

3.3. Методическое обеспечение образовательной деятельности

1. Физическое развитие детей 2-7 лет : развернутое перспективное планирование по программе «Детство» / авт.-сост. И. М. Сучкова, Е. А. Мартынова, Н. А. Давыдова. Волгоград : Учитель, 2012.

2. Организация деятельности детей на прогулке. Вторая младшая группа / авт.-сост. В. Н. Кастрыкина, Г. П. Попова. – Волгоград : Учитель, 2012.

3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020

4. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020

5. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020

6. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020

7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020
8. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020
9. Пальчиковые игры и упражнения для детей 2–7 лет / сост. Т. В. Калинина. – Волгоград : Учитель,2012
10. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. – 2-е изд.,испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020
12. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
13. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.

3.4. Материально-техническое оснащение программы

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА (оборудование и инвентарь)			
3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 – 7
Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см). Набивные мячи массой от 500 гр. до 1 кг. Мячи футбольные, баскетбольные. Мячи надувные. Шары пластмассовые и деревянные (4 – 6, 8 – 12, 14 – 16 см).	Мячи резиновые разных размеров (20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см). Набивные мячи массой от 500 гр. до 1 кг. Мячи футбольные, баскетбольные. Мячи надувные. Шары пластмассовые и деревянные (4 – 6, 8 – 12, 14 – 16 см).
Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.	Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.

Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.	Обручи гимнастические: большие диаметром 80 – 90 см, средние диаметром 60 – 75 см, малые диаметром 50 - 55 см. Обручи плоские диаметром 55 – 60 см. Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.
Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.	Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками. Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см. Верёвки длиной от 3 до 10 м.
Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.	Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см. Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.

Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.	Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см. Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шиной 20 см.
Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.	Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.
		Стойки для прыжков в высоту 150 - 170 см.	Стойки для прыжков в высоту 150 - 170 см.
Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Навесные баскетбольные щиты размером 60 х 70 см с кольцом диаметром 45 см и сеткой длиной 40 см. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.	Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами. Навесные баскетбольные щиты размером 60 х 70 см с кольцом диаметром 45 см и сеткой длиной 40 см. Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.
Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.	Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см. Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.
Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.	Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.

Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г. Набивные мешочки для упражнений в равновесии размером 12х18 и 15х18 и массой 400 – 500 г.	Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г. Набивные мешочки для упражнений в равновесии размером 12х18 и 15х18 и массой 400 – 500 г.
Кегли большие и малые, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.	Кегли большие и малые, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.	Кегли большие и малые, гантели массой 200 – 500 г, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.	Кегли большие и малые, гантели массой 200 – 500 г, флажки цветные, ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики, платочки разноцветные 20х20 см.
Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.	Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.
Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).	Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).
		Наборы для игры в бадминтон и в городки.	Наборы для игры в бадминтон и в городки. Ракетки, мячи и сетка для настольного тенниса.
Трёхколесные и двухколесные велосипеды, самокаты.	Трёхколесные и двухколесные велосипеды, самокаты.	Двухколесные велосипеды, самокаты.	Двухколесные велосипеды, самокаты.
			Футбольные ворота, хоккейные клюшки, шайбы.
Санки, лыжи.	Санки, лыжи.	Санки, лыжи.	Санки, лыжи.
			Бассейн, надувные игрушки, круги.

4. ПРИЛОЖЕНИЕ

4.1. Комплексно- тематическое планирование

СЕНТЯБРЬ					
1 НЕДЕЛЯ	28.08-3.09.2023				
Тема ДОО	До Свиданья, лето! Здравствуй, детский сад!	Описание	О том какое было лето, чем занимались на каникулах. Летние игры. Мои воспоминания о лете. Как готовились к детскому садику. Для подготовительных групп скоро в школу, праздник День знаний, ребята взрослые с них берут пример малыши. Для малышей знакомство с группой, экскурсия по детскому саду, её могут провести ребята из подготовительной группы. Любое содержание, связанное с летом и или детским садом.		
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Здравствуй, детский сад.	До свиданье, лето.	Дело было летом.	Летние истории.	Лето прошло, скоро в школу.
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	1 сентября - День знаний. 3 сентября - День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом.
Дополнительные праздники	-	-	-	1 сентября - День шахмат	1 сентября - День шахмат
2 НЕДЕЛЯ	4.09-10.09.2023				

Тема ДОО	Правила на дороге		Описание	Правила дорожного движения для пешеходов, велосипедистов, самокатов, роликах и так далее. Профессии связанные с дорогой и правилами дорожного движения. Видах транспорта, особенности правил при движении специального транспорта. Дорога до детского сада, какие правила важно соблюдать. Какие опасности бывают во дворе.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Дорога в детский сад.	Пешеход и переход.	Осторожно! Дорога!	ПДД для всех важны.	ПДД.
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	8 сентября - Международный день распространения грамотности.
Дополнительные праздники	9 сентября - День плюшевого мишки	6 сентября - День чтения книги	6 сентября - День чтения книги	9 сентября - Всемирный день оказания первой медицинской помощи	9 сентября - Всемирный день оказания первой медицинской помощи
3 НЕДЕЛЯ	11.09-17.09.2023				
Тема ДОО	Я - человек		Описание	Всё о себе. Мои особенности, мои границы, мои цели, ценности, мой организм, мои эмоции, мои правила. Этикет. Об интересах детей. О будущей профессии, про хобби, про своё имя, фамилию.	
Подтема на возраст					

Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Я человек	Я в мире человек	Я в обществе	Я важный и нужный	Всё обо мне
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	13 сентября - День парикмахера в России.	13 сентября - День парикмахера в России. 15 сентября - Российские дни леса.	13 сентября - День парикмахера в России. 15 сентября - Российские дни леса.	13 сентября - День парикмахера в России. 15 сентября - Российские дни леса.
4 НЕДЕЛЯ	18.09-24.09.2023				
Тема ДОО	Осень		Описание	Изменения в природе, особенности времени года. Календарная осень. Животные, птицы осенью. Урожай, фрукты и овощи. Грибы ягоды, осенний лес. Цвета осени. Природа осенью. Осень в мире. Осень в разных частях России.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Сказочная Осень	Осень в городе	Золотая Осень	Осень на календаре	Осень
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	-	-	-	19 сентября - День смайлика.

5 НЕДЕЛЯ	25.09-1.10.2023				
Тема ДОО	Детский сад		Описание	Всё про детский сад. Профессии, техника, территория, дети, занятия, праздники, правила, день дошкольного работника, игрушки. Центры группы, экскурсии по ДОО. Традиции детского сада и группы.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Игрушки	Экскурсия в детский сад.	Детский сад мой второй дом	Всё про детский сад	Техника в детском саду
Праздники по ФОП ДО	-	27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников. 1 октября - Международный день музыки.	27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников. 1 октября - Международный день пожилых людей; Международный день музыки.	27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников. 1 октября - Международный день пожилых людей; Международный день музыки.	27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников. 1 октября - Международный день пожилых людей; Международный день музыки.
Дополнительные праздники	-	-	25 сентября - Всемирный день моря	25 сентября - Всемирный день моря	25 сентября - Всемирный день моря. 30 сентября - День Интернета в России

ОКТАБРЬ					
1 НЕДЕЛЯ	2.10-8.10.2023				
Тема ДОО	Музыкальная неделя	Описание	Знакомимся с композиторами русскими и зарубежными, известными оркестрами, музыкантами, пианистами, скрипачами, танцорами и певцами. Знакомим с филармониями, концертами, правилами поведения на концертах. Знакомим с музыкальными инструментами, нотами и так далее. Пение птиц, о птицах (ранний возраст).		
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Птицы	Музыка вокруг	До, ре, ми.	Музыкальная шкатулка	Музыкальная история
Праздники по ФОП ДО	-	-	4 октября - День защиты животных.	4 октября - День защиты животных.	4 октября - День защиты животных. 5 октября - День учителя.
Дополнительные праздники	-	-	2 октября - День здоровья.	2 октября - День здоровья.	2 октября - День здоровья.
2 НЕДЕЛЯ	9.10-15.10.2023				
Тема ДОО	Неделя воды	Описание	О реках, морях, океанах, озерах. О водном ресурсе, о том как важно беречь воду. О подводном мире и его обитателях. Профессии связанные с водой. О камнях, водопадах, песке, глине. Водорослях, кораллах. Питьевой воде,		

			речной, морской. Дождь и дождевая вода.		
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Рыбы	Подводный мир	Реки и озера	Реки, моря и океаны	Реки, моря и океаны
Праздники по ФОП ДО	-	15 октября - День отца в России.	15 октября - День отца в России.	15 октября - День отца в России.	15 октября - День отца в России.
Дополнительные праздники	-	-	-	-	-
3 НЕДЕЛЯ	16.10-22.10.2023				
Тема ДОО	Библиотека		Описание	Знакомимся с книгой, библиотеками, писателями, издателями, художниками-иллюстраторами, правила поведения в библиотеке, обращение с книгой. Как необходимо ухаживать за книгой. Из чего делают книги, как создаются библиотеки. Домашние животные в книгах и дома.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Домашние животные	Домашние животные	Я в библиотеке	В мире книг	Библиотека детям
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	20 октября - День повара.	20 октября - День повара.	16 октября - Международный	16 октября - Международный	16 октября - Международный день

			день хлеба.	день хлеба.	хлеба.
4 НЕДЕЛЯ	23.10-29.10.2023				
Тема ДОО	Мультипликация в России		Описание	Обсуждаем мультфильмы, героев мультфильмов. Знакомимся с появлением мультфильмов в России. Узнаем о том как создавались мультфильмы, какие они бывают и так далее. Животные в мультфильмах и настоящие животные.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Сказки	Дикие животные	Дикие животные в мультфильмах	Всё о мультфильмах	История мультфильма
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	28 октября - День бабушек и дедушек.	28 октября - День бабушек и дедушек.	28 октября - День бабушек и дедушек.	28 октября - День бабушек и дедушек.

НОЯБРЬ			
1 НЕДЕЛЯ	30.10-5.11.2023		
Тема ДОО	Многонациональная страна	Описание	Всё о народах России. Особенности, традициях, одежде. Национальных танцах, песнях и играх. Дружбе, общении, отношениях, уважении друг

			друга. Жизни, быте, особенностях природы. Сказки, рассказы разных народов.		
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Одежда	Я и друзья	Мои друзья	Народы России	Единство народов
Праздники по ФОП ДО	-	-	4 ноября - День народного единства.	4 ноября - День народного единства.	4 ноября - День народного единства.
Дополнительные праздники	-	-	-	-	-
2 НЕДЕЛЯ	6.11-12.11.2023				
Тема ДОО	Животные		Описание	Неделя о животных по вашему выбору. Животных жарких стран, севера, домашние, дикие животные. Особенности питания, обитания. Какая у них шерсть, окрас.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Дикие животные	В мире животных	В гостях у животных	Животные по миру	Животные мира
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	8 ноября - День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России.

Дополнительные праздники	-	12 ноября - Синичкин день	12 ноября - Синичкин день	12 ноября - Синичкин день	-
3 НЕДЕЛЯ	13.11-19.11.2023				
Тема ДОО	Профессии		Описание	Знакомство со всеми профессиями, которые актуальны в группе по возрасту. Дворник, повар, доктор, воспитатель, инженер, блогер, режиссёр, водитель, журналист, критик, президент, учитель, слесарь и так далее.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Профессии	Город Профессии	Мир профессий	Профессии России по	Профессии сейчас
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	18 ноября - День Рождения Деда Мороза.	18 ноября - День Рождения Деда Мороза.	14 ноября - Международный день логопеда	14 ноября - Международный день логопеда
4 НЕДЕЛЯ	20.11-26.11.2023				
Тема ДОО	Пришла зима		Описание	Особенности изменений в природе перед наступлением зимы и завершением осени. Звери зимой. Зимующие птицы. Деревья и кустарники зимой. Температура на улице. Зимняя одежда. Время года в музыке, картинах. День матери.	
Подтема на возраст					

Возраст	<i>1 года - 3 лет</i>	<i>3 - 4 лет</i>	<i>4 - 5 лет</i>	<i>5 - 6 лет</i>	<i>6 - 7 лет</i>
Подтема	Зимние чудеса	Зима во дворе	Зимушка Зима	Зима на пороге	Зима волшебница
Праздники по ФОП ДО	-	26 ноября - День матери в России.	26 ноября - День матери в России.	26 ноября - День матери в России.	26 ноября - День матери в России.
Дополнительные праздники	-	-	-	23 ноября - Международный день акварели.	23 ноября - Международный день акварели.

ДЕКАБРЬ					
1 НЕДЕЛЯ	27.11-3.12.2023				
Тема ДОО	Моя страна		Описание	Знакомим с символами страны, с традициями, территориями, народом. Рассказываем о праздниках и памятных датах, столице, государственной власти, президенте, крупных городах. Изучение своего города, своей малой Родины, дома.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Мой дом	Моя малая Родина	О малой Родине	Моя страна Россия	Великая Россия
Праздники по ФОП ДО	-	-	30 ноября - День Государственного герба Российской Федерации.	30 ноября - День Государственного герба Российской Федерации.	30 ноября - День Государственного герба Российской Федерации.

					3 декабря - День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно).
Дополнительные праздники	30 ноября - Всемирный день домашних животных.	30 ноября - Всемирный день домашних животных.	1 декабря - Всероссийский день хоккея	1 декабря - Всероссийский день хоккея	1 декабря - Всероссийский день хоккея
2 НЕДЕЛЯ	4.12-10.12.2023				
Тема ДОО	Творческая Мастерская		Описание	Мастерская художника, скульптора, архитектора. Знакомство с известными картинами, скульптурами, зданиями архитектуры. Лепниной, народными промыслами. Создание игрушек в мастерской. Народное и профессиональное искусство.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Цвета	В гостях у мастеров	Мастерская	Мы мастера	На все руки мастер
Праздники по ФОП ДО	8 декабря - Международный день художника.	8 декабря - Международный день художника.	8 декабря - Международный день художника.	5 декабря - День добровольца (волонтера) в России.	5 декабря - День добровольца (волонтера) в России. 8 декабря:

				8 декабря: Международный день художника. 9 декабря: День Героев Отечества.	Международный день художника. 9 декабря: День Героев Отечества.
Дополнительные праздники	-	4 декабря - День написания писем Деду Морозу.	4 декабря - День написания писем Деду Морозу.	4 декабря - День написания писем Деду Морозу.	4 декабря - День написания писем Деду Морозу.
3 НЕДЕЛЯ	11.12-17.12.2023				
Тема ДОО	Праздники		Описание	Всё о карнавалах праздниках. Про костюмы, атрибуты, музыку, танцы, декорации, артистов и так далее. Правила поведения на карнавале, концерте, празднике. Этикет. О праздничной и повседневной одежде. Подарки к празднику.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Одежда	Карнавал	Мы идём на карнавал	Праздничная кутерьма	Праздничные традиции
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	12 декабря - День Конституции Российской Федерации.
Дополнительные праздники	13 декабря - День медведя.	13 декабря - День медведя.	13 декабря - День медведя.	12 декабря - Международный день пряничного домика	-

4 НЕДЕЛЯ	18.12-24.12.2023				
Тема ДОО	Игрушки		Описание	О любых игрушках новогодних, плюшевых, деревянных, народных и так далее. Из чего делают, как делают, кто делает. Мастерская игрушек. Мастерская Деда Мороза.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Игрушки	В мире игрушек	Магазин игрушек	Мастерская игрушек	Про игрушки
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	-	-	-	-
5 НЕДЕЛЯ	25.12-31.12.2023				
Тема ДОО	Новый год		Описание	Всё про Новый год. Традиции, особенности, главные герои праздника, история праздника в России. Новогодний стол, Символы Нового года. Ёлка, мандарины.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Снегурочка и подарки	Дед Мороз и Новый год	Новогоднее чудо	В Новый год	Про Новый год
Праздники по ФОП ДО	31 декабря - Новый год.	31 декабря - Новый год.	31 декабря - Новый год.	31 декабря - Новый год.	31 декабря - Новый год.

Дополнительные праздники	26 декабря - День подарков.	26 декабря - День подарков.	26 декабря - День подарков.	26 декабря - День подарков.	26 декабря - День подарков.
--------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

ЯНВАРЬ					
1 НЕДЕЛЯ	1.01-7.01.2024				
Тема ДОО	Выходные	Описание	План для родителей на каникулы. Постеры с мультфильмами, мастер-классами, играми, раскрасками. Советы куда можно сходить. Безопасность дома. Идеи домашний экспериментов. По итогу возможно изготовление коллажей “Я на выходных”		
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Я и дом	Я дома	Домашние дела	Весёлые выходные	На каникулах
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	-	-	-	4 января - День Ньютона 7 января - Рождество Христово в России
2 НЕДЕЛЯ	8.01-14.01.2024				
Тема ДОО	Моя семья	Описание	О семье, о семейных ценностях, о семейных традициях. Отношения в семье, эмоции. Мой дом,		

			моя квартира. Кто со мной живёт. История моей семьи.		
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Моя семья	Дружная семья	Мы семья	О семье	Семейные ценности
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	11 января - День спасибо.	11 января - День спасибо.	13 января - День российской печати	8 января - День детского кино. 13 января - День российской печати
3 НЕДЕЛЯ	15.01-21.01.2024				
Тема ДОО	Спорт зимой		Описание	Всё о зимних играх, спорте, спортсменах, зимних забавах. Олимпийские игры, символы, традиции, участники. Какие были раньше зимние соревнования. Какие виды зимнего спорта были раньше.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Зима	Зимние забавы	Зимние игры	Спортивная зима	Зимняя олимпиада
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	18 января - День Винни-Пуха	18 января - День Винни-Пуха	18 января - День Винни-Пуха	-
4 НЕДЕЛЯ	22.01-28.01.2024				

Тема ДОО	Неделя талантов		Описание	О талантливых людях, детях, об известных людях. Дети могут поделиться своими талантами или успехами. О важности человека, себя. Об открытиях, изобретениях людей. О том, как люди становятся известными. Об известных людях вашего региона.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Я человек	Все важны и все нужный	Мы таланты	Я успешный	Об известных людях
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	27 января - День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) – День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно).
Дополнительные праздники	23 января - Всемирный день снега.	23 января - Всемирный день снега.	23 января - Всемирный день снега.		

ФЕВРАЛЬ					
1 НЕДЕЛЯ	29.01-4.02.2024				
Тема ДОО	Безопасность		Описание	Всё про безопасность. Пожарную, домашнюю, в городе, в лесу, в детском саду, в воде, в интернете, в обществе, на солнце, на дороге. То что выберете то и будет. Профессии спасатель, доктор, пожарный, мчс и так далее.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Профессии	Будь осторожен!	Безопасность дома	В безопасности	О безопасности
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	2 февраля - День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно).
Дополнительные праздники	-	-	1 февраля - День Робинзона Крузо.	31 января - Международный день ювелира. 1 февраля -	31 января - Международный день ювелира.

				День Робинзона Крузо.	
2 НЕДЕЛЯ	5.02-11.02.2024				
Тема ДОО	Наука		Описание	Всё о науке, опытах и экспериментах. Известных людях, которые занимались наукой. О разных изобретениях, изобретателях.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Снег снежок	Волшебные превращения	Мы исследователи	В лаборатории	Неделя изобретений
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	8 февраля - День российской науки.	8 февраля - День российской науки.
Дополнительные праздники	-	7 февраля - День огнетушителя. 10 февраля - День домового	9 февраля - Международный день стоматолога. 11 февраля - День зимних видов спорта в России	9 февраля - Международный день стоматолога. 11 февраля - День зимних видов спорта в России	9 февраля - Международный день стоматолога. 10 февраля - День памяти А. С. Пушкина 11 февраля - День зимних видов спорта в России
3 НЕДЕЛЯ	12.02-18.02.2024				
Тема ДОО	Книжная неделя		Описание	Всё про книги. Кто их пишет, какие бывают, как	

			их делают. Известные авторы, иллюстраторы. Жанры книг. Любимые книги детей. Буккросинг, буктрейлер.		
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Сказки	Герои книг	Любимая книга	Книжная мастерская	О книгах
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	15 февраля - День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества.
Дополнительные праздники	-	19 февраля - День смешивания разных красок.	19 февраля - День смешивания разных красок.	19 февраля - День смешивания разных красок.	19 февраля - День смешивания разных красок.
4 НЕДЕЛЯ	19.02-25.02.2024				
Тема ДОО	Всё про мальчиков		Описание	Всё про мальчиков и мужчин. Мужские профессии, известных военных, пожарных, летчиков. Домашние дела, обязанности. День защитника Отечества.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Транспорт	Мальчики защитники	В мире мальчиков	Защитники Отечества	Настоящие мужчины

Праздники по ФОП ДО	-	23 февраля - День защитника Отечества.	23 февраля - День защитника Отечества.	23 февраля - День защитника Отечества.	21 февраля - Международный день родного языка. 23 февраля - День защитника Отечества.
Дополнительные праздники	26 февраля - День рассказывания сказок.	26 февраля - День рассказывания сказок.	26 февраля - День рассказывания сказок.	-	-

МАРТ					
1 НЕДЕЛЯ	26.02-3.03.2024				
Тема ДОО	Путешествия		Описание	Всё про туризм, путешествия и известных путешественников. Расскажите о экотропах, приключениях, туризме в России. Кто такой турист, путешественник. Правила безопасности в походе, ориентировка на местности. Аптечка для туриста. Окружающие предметы их свойства , материалы и так далее.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Мир предметов	Мир вокруг нас	Отправляемся в поход	Мы туристы	Неделя туризма
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-

Дополнительные праздники	-	1 марта - День кошек в России.	1 марта - День кошек в России.	1 марта - День кошек в России. 3 марта - Всемирный день писателя.	1 марта - День кошек в России. 3 марта - Всемирный день писателя.
2 НЕДЕЛЯ	4.03-10.03.2024				
Тема ДОО	Все про девочек		Описание	О девочках и женщинах. Всё про женские профессии. Известных женщин. Домашние дела, обязанности. Международный женский день.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Посуда	Девочки красавицы	В мире девочек	Для девочек	Мир для девочек
Праздники по ФОП ДО	-	8 марта - Международный женский день.	8 марта - Международный женский день.	8 марта - Международный женский день.	8 марта - Международный женский день.
Дополнительные праздники	-	-	-	-	-
3 НЕДЕЛЯ	11.03-17.03.2024				
Тема ДОО	Забота о здоровье		Описание	Всё про здоровый образ жизни. Правила питания, витамины, медицину, польза спорта и так далее. Режим дня, зарядка.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет

Подтема	Одевайся хорошо	Полезная корзина	Витаминная неделя	Мы здоровыми растём	Важно о здоровье
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	11-17 марта - Масленица	11-17 марта - Масленица 14 марта - Международный день рек.	11-17 марта - Масленица 12 марта - День посадки цветов. 14 марта - Международный день рек.	11-17 марта - Масленица 12 марта - День посадки цветов. 14 марта - Международный день рек.
4 НЕДЕЛЯ	18.03-24.03.2024				
Тема ДОО	Весна		Описание	Весенние изменения. Особенности в природе. Животные весной. Птицы, как о них позаботится. Насекомые, первые цветы. Почки и листочки. Календарная весна. Весна в картинах и музыке.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Весна	Весенняя неделя	Весна Красна	Весна пришла	Весенние краски
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	18 марта - День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или

					ситуативно).
Дополнительные праздники	20 марта - Всемирный день воробья.	20 марта - Всемирный день воробья.	20 марта - Всемирный день воробья. 21 марта - Международный день лесов.	21 марта - Международный день лесов.	21 марта - Международный день лесов.
5 НЕДЕЛЯ	25.03-31.03.2024				
Тема ДОО	Театр		Описание	Виды театра, артисты, директор театра, сцена, декорации. История театра. Какие театры есть в городе или стране.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Сказки	Идём в театр	Театр к нам пришёл	Большой театр	Мы в театре
Праздники по ФОП ДО	-	27 марта - Всемирный день театра.	27 марта - Всемирный день театра.	27 марта - Всемирный день театра.	27 марта - Всемирный день театра.
Дополнительные праздники	-	-	-	25 марта - День работника культуры России.	25 марта - День работника культуры России.

АПРЕЛЬ	
1 НЕДЕЛЯ	1.04-7.04.2024

Тема ДОО	Птицы, рыбы, насекомые		Описание	Всё о птицах, рыбах и насекомых. Особенности, разновидности, питание, образ жизни и так далее. Домашние рыбки и насекомые. Домашние птицы. Условия жизни в доме и на воле.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Птицы	Птицы и рыбы	Птицы и насекомые	Птичья столовая	Забота о птицах
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	1 апреля - День птиц.	1 апреля - День птиц. 2 апреля - Международный день детской книги.	1 апреля - День смеха в России; день птиц. 2 апреля - Международный день детской книги.	1 апреля - День смеха в России; день птиц. 2 апреля - Международный день детской книги.	1 апреля - День смеха в России; день птиц. 2 апреля - Международный день детской книги.
2 НЕДЕЛЯ	8.04-14.04.2024				
Тема ДОО	Космос		Описание	Всё о космосе, космонавтах, солнечной системе, планете земля, космических станциях, кораблях, ракетах. Известные космонавты люди и животные. История космонавтики в России. Питание в космосе.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Продукты	Космос	День космонавтики	День космонавтики	День космонавтики

Праздники по ФОП ДО	-	12 апреля - День космонавтики.	12 апреля - День космонавтики.	12 апреля - День космонавтики.	12 апреля - День космонавтики.
Дополнительные праздники	-	11 апреля - День Берёзы	11 апреля - День Берёзы	8 апреля - День российской анимации.	8 апреля - День российской анимации.
3 НЕДЕЛЯ	15.04-21.04.2024				
Тема ДОО	Цирк, артисты и животные.		Описание	История цирка в России, артисты, люди и животные, профессии в цирке. Известные артисты цирка. Какие бывают представления. Животные и их детёныши. Чем питаются, где живут.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Животные и их детёныши	Животные и их детёныши	Идём в Цирк	Цирк	Всё о цирке
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	-	-	15 апреля - Международный день цирка.	15 апреля - Международный день цирка.
4 НЕДЕЛЯ	22.04-28.04.2024				
Тема ДОО	Природа		Описание	Всё о деревьях, кустарниках, грибах, цветах. Когда растут, где растут, как растут. Об особенностях природы и растений на Земле и в России.	

Подтема на возраст					
Возраст	<i>1 года - 3 лет</i>	<i>3 - 4 лет</i>	<i>4 - 5 лет</i>	<i>5 - 6 лет</i>	<i>6 - 7 лет</i>
Подтема	Растения	Природа	Природа	Береги планету	Береги планету
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	-
Дополнительные праздники	-	-	28 апреля - День работника скорой медицинской помощи.	28 апреля - День работника скорой медицинской помощи.	28 апреля - День работника скорой медицинской помощи.

МАЙ					
1 НЕДЕЛЯ	29.04-5.05.2024				
Тема ДОО	Труд взрослых		Описание	Труд взрослых, помощь взрослым, помощь в целом. Домашний труд, общественный труд, ручной труд. Волонтёрство. Трудовые поручения. Польза труда. Умственный труд.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Профессии	Труд дома	Полезный труд	Труд взрослых	Труд взрослых
Праздники по ФОП ДО	-	-	1 мая - Праздник Весны и Труда.	1 мая - Праздник Весны и Труда.	1 мая - Праздник Весны и Труда.

Дополнительные праздники	-	5 мая - День водолаза.	5 мая - День водолаза.	5 мая - День водолаза.	5 мая - День водолаза.
2 НЕДЕЛЯ	6.05-12.05.2024				
Тема ДОО	Армия России		Описание	Всё о военных профессиях, транспорте, Великой Отечественной войне, Дне Победы. Взрослые, дети, животные герои.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Транспорт	Транспорт	Военные профессии	Великая Армия России	Герои Победы
Праздники по ФОП ДО	-	-	9 мая - День Победы.	9 мая - День Победы.	9 мая - День Победы.
Дополнительные праздники	-	-	-	-	12 мая - Международный день медицинской сестры
3 НЕДЕЛЯ	13.05-19.05.2024				
Тема ДОО	Музейная неделя		Описание	Про музей, архитектуру, известных музеях, музеях города. Об экспонатах, картинах, какие бывают музеи. Профессии музея.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Игрушки	Мы в Музее	Музей	Музеи России	Музейные истории
Праздники	-	-	-	-	19 мая - День детских

по ФОП ДО					общественных организаций России.
Дополнительные праздники	-	-	18 мая - Международный день музеев в России.	18 мая - Международный день музеев в России.	18 мая - Международный день музеев в России.
4 НЕДЕЛЯ	20.05-26.05.2024				
Тема ДОО	Мой город		Описание	Всё про ваш город. Особенности, традиции, праздники, здания, жители, известные люди, природа, достопримечательности, символы. Я в городе, моя улица, мой дом, моя комната, квартира.	
Подтема на возраст					
Возраст	1 года - 3 лет	3 - 4 лет	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6 - 7 лет
Подтема	Мой дом	Мой город	Мой город	Мой город	Мой город
Праздники по ФОП ДО	-	-	-	-	24 мая: День славянской письменности и культуры.
Дополнительные праздники	-	-	26 мая - День бумажных самолётиков.	-	-
5 НЕДЕЛЯ	27.05-2.06.2024				
Тема ДОО	Здравствуй, лето. До свидания детский сад		Описание	Лето изменения в природе, животные летом, люди летом, одежда, природа и так далее. До свидание, детский сад для подготовительных групп.	

Подтема на возраст					
Возраст	<i>1 года - 3 лет</i>	<i>3 - 4 лет</i>	<i>4 - 5 лет</i>	<i>5 - 6 лет</i>	<i>6 - 7 лет</i>
Подтема	Лето	Встречаем лето	Встречаем лето	Встречаем лето	До свидания Детский сад
Праздники по ФОП ДО	-	1 июня - День защиты детей.	1 июня - День защиты детей.	1 июня - День защиты детей.	1 июня - День защиты детей.
Дополнительные праздники	-	-	-	27 мая - Общероссийский день библиотек.	27 мая - Общероссийский день библиотек.

4.2. Календарное планирование

II младшая группа

Сентябрь

Недели Дата	1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
	02.09.14	05.09.14	08.09.14	11.09.14	15.09.14	16.09.14	22.09.14, 23.09.14	29.09.14
Совместная деятельность с педагогом								
Построение, перестроение	В колонне по одному				В колонну по одному			
Ходьба	В колонне по одному; игровое задание «Едет, едет паровоз»; ходьба на носках		На пятках; с заданием (кружиться), ходьба по диагонали		В колонне по одному; на носках, на пятках		С высоким подниманием колен «Петушки»; с заданием кружиться на месте; ходьба «змейкой»	
Бег	В колонне по одному; по диагонали; с ускорением по диагонали; с препятствием				В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую; с ускорением по диагонали; с препятствием			
Равновесие			Ходьба по извилистой дорожке		Оценка физических качеств: Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча).			

Прыжки	Прыжки в длину	На двух ногах с работой рук	Силы мышц ног (прыжки в длину с места). Силы мышц плечевого пояса (метание мешочка вдаль).	
Бросание, ловля, метание	Набивного мяча двумя руками из-за головы			
Ползание, лазание		Ползание на средних четвереньках по прямой		
Праздники, досуги, развлечения	«Лесная сказка»			
Взаимодействие со специалистами				
	Дыхательное упражнение «Шарик»	Логоритмика «Мы хлопаем руками»	Пальчиковая гимнастика комплекс №1	
Подвижные игры				
	«Совушка»	«Пузырь»	«Зайка»	«Кузнечики»
Совместная деятельность с семьей				
			Беседа о влиянии основных движений (ходьба, бег, прыжки) на состояние здоровья детей. Ознакомить с подвижными играми и упражнениями, которые можно использовать в домашних условиях	

Средняя группа

СЕНТЯБРЬ

Недели		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
Дата		02.09.14	05.09.14	08.09.14	11.09.14	15.09.14	16.09.14	22.09.14	29.09.14
								23.09.14	

	Совместная деятельность с педагогом			
Построение, перестроение			Повороты на месте; перестроение из колонны по одному в колонну по четыре	
Ходьба	В колонне по одному; врассыпную; на носках; на пятках		В колонне по одному; парами; со сменой направляющего «Стань первым»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; приставным шагом боком; с заданием - ползание с опорой на кисти рук и колени «Черепашки»	
Бег	В колонне по одному; с препятствием; с ускорением по диагонали		В колонне по одному; «змейкой»; с ускорением, с заданием – поворот на 360, встать на скамейку; прямой галоп «Лошадки»; на высоких четвереньках прямо «Обезьянки»	
Равновесие			Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча). Гибкость (наклон вперед из положения стоя на скамейке). Силы мышц ног (прыжки в длину с места). Равновесие (стойка на одной ноге). Силы мышц брюшного пресса (сгибание и разгибание туловища).	
Прыжки				
Бросание, ловля, метание	Сесть на мяч-хопп и покачаться; прыжки на хоппе по всему залу; броски резинового мяча вверх, ловля двумя руками; метание вдаль двумя руками	Сесть на мяч-хопп и покачаться; прыжки на хоппе по залу; броски мяча об пол и ловля двумя руками; отбивание мяча двумя руками; броски в корзину от груди		
Ползание, лазание				
Праздники, досуги, развлечения	«Осень»			
	Взаимодействие со специалистами			
	Пальчиковая гимнастика комплекс №1	Тренировка дыхания «Подуем на листочки»	Упражнения на релаксацию «Сказка»	«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)
	Подвижные игры			
	«Совушка»	«Катай каравай»	«Ловишки»	«Заинька»
	Совместная деятельность с семьей			
			Привлечь внимание родителей к привычной позе ребенка во время ходьбы, стояния, сидения.	

			Раскрыть влияние различных факторов на формирование осанки детей	
--	--	--	--	--

Старшая группа

СЕНТЯБРЬ

Недели Дата		1 неделя		2 неделя		3 неделя		4 неделя	
		02.09.14	04.09.14	09.09.14	11.09.14	15.09.14	16.09.14	22.09.14 23.09.14	29.09.14
		Совместная деятельность с педагогом							
Построение, перестроение		Построение в шеренгу; перестроение в колонну		Построение в шеренгу; перестроение в колонну		Построение в шеренгу; перестроение в колонну		Построение в шеренгу; перестроение в колонну	
Ходьба		Обычная, на носках, в полуприседе		Ходьба обычная, на пятках, на носках, врассыпную		Ходьба обычная, на пятках, на носках, врассыпную		Ходьба обычная, на пятках, на носках, врассыпную	
Бег		С изменением темпа (с ускорением и замедлением), с остановкой на сигнал		Бег обычный, с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад		Бег обычный, с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад		Бег обычный, с высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад	
Равновесие		Ходьба по канату боком приставным шагом.		Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая кирпичики, с мешочком на голове		Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча). Гибкость (наклон вперед из положения стоя на скамейке). Силы мышц ног (прыжки в длину с места, в высоту с места). Бег змейкой 10 м. Бег 30 м Метание правой и левой рукой.			
Прыжки		Прыжки на 2-х ногах из обруча в обруч, упр. «Пингвины»		Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед, между кеглями - «змейкой»					
Бросание, ловля, метание		Броски мешочков в обруч		Подбрасывание мяча вверх, броски вниз о пол и ловля его двумя руками не прижимая к груди					

Ползание, лазание	Лазание по наклонной лестнице с переходом на вертикальную и спуск с нее	ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.		
Праздники, досуги, развлечения	«Здравствуй, детский сад»			
	Оздоровительные группы			
	Упражнения на дыхание «Задуй свечу»	Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов	Пальчиковая гимнастика №1	Тренировка дыхания «Гони шарик»
	Подвижные игры			
	«Птички на дереве»	«Удочка»	«Быстро возьми»	Беговые эстафеты
	Совместная деятельность с семьей			
			Консультация по обеспечению температурного комфорта: рассмотреть связь слойности окружающей среды и видов одежды с температурой	

Подготовительная к школе группа

СЕНТЯБРЬ

Недели Номер занятия	<i>1 неделя</i>		<i>2 неделя</i>		<i>3 неделя</i>		<i>4 неделя</i>	
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по 1	Построение в шеренгу, повороты на месте	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну

Ходьба	Игра «По местам», «Будь внимательным»	Обычная ходьба в сочетании с гимнастическим шагом, на носках	Обычная, на пятках, на наружных сводах стопы, врассыпную	На носках, на пятках, врассыпную
Бег	Бег обычный, «змейкой», по сигналу смена ведущего	Бег на носках	Бег на носках с захлестыванием голени, с изменением темпа, с высоким подниманием коленей	Бег в среднем темпе
Равновесие	Ходьба по скамейке боком приставным шагом.	Ходьба гимнастическим шагом по скамейке с мячом, на каждый шаг, фиксируя положение мяча (вниз, вперед, вверх)	Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча). Силы мышц ног (прыжки в длину, в высоту с места). Бег 10,30метров Метание правой и левой рукой на дальность	
Прыжки	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Прыжки на 2-х ногах с продвижением – мяч зажат между колен		
Бросание, ловля, метание		Броски мяча вверх, вниз о землю и ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз);		
Ползание, лазание	пролезание в катящийся обруч боком без помощи рук (обруч катит другой ребёнок); надевание обруча, лежащего на полу, на себя сверху.			
Праздники, досуги, развлечения	«Здравствуй ,детский сад»			
	Оздоровительные группы			

	<i>Упражнения на релаксацию «Любопытная Варвара»»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №1</i>	<i>Тренировка дыхания «Гони шарик»</i>
	Подвижные игры			
	«Удочка»	«Подкрадись неслышно» [12, с. 31]	«Горелки» ,«Угадай по голосу» [12, с. 35]	«Коснись мяча» [1, с. 70]
	Совместная деятельность с семьей			
			Консультация по обеспечению температурного комфорта: рассмотреть связь слойности и видов одежды с температурой окружающей среды	

младшая группа
ОКТАБРЬ

Недели	5 неделя		6 неделя		7 неделя		8 неделя		9 неделя	
Номер занятия	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Совместная деятельность с педагогом										
<i>Построение, перестроение</i>	В колонну по одному				В колонне по одному				В колонне по одному	
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; игровое упражнение «Едет, едет паровоз»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; на высоких четвереньках «Обезьянки»; с заданием (остановиться); пристанным шагом вперед «Оловянный солдатик»				В колонне друг за другом; игровое упражнение «Едет, едет паровоз»; ходьба на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; с заданием: ходьба – ползание с опорой на кисти рук и колени «Черепашки»; с заданием остановиться; приставным шагом вперед и назад				В колонне друг за другом; игровое упражнение «Едет, едет паровоз»; ходьба на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»	
<i>Бег</i>	В колонне по одному; взявшись за руки; по кругу; шеренгой с одной стороны на другую с				В колонне по одному; со сменой направления; с ускорением шеренгой с				В колонне по одному; со сменой направления	

	ускорением «Пойдем в гости»; с препятствием – под гимнастической палкой «под веточкой»		одной стороны зала на другую; с препятствием		
Равновесие	Ходьба и бег между двумя линиями (расстояние 20 см	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы	Ходьба с перешагиванием через предметы «Ежики» в быстром темпе	Ходьба и бег между двумя линиями (расстояние 20 см).	Ходьба с перешагиванием через предметы
Прыжки	Прыжки в обруч и из обруча; через обруч	Прыжки в обруч; через «цветочек»; через колечки разных размеров	Перепрыгивание через шнур, положенный на пол.	На двух ногах с продвижением вперед	На двух ногах с продвижением вперед
Бросание, ловля, 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 (ноги детей раздвинуты) из положения стоя (расстояние между детьми 1,5 м).	Катание мяча от себя друг другу, стоя на коленях (расстояние между детьми 1,5 м),	Прокатывание мяча между предметами	Ловля мяча от инструктора (расстояние между ребёнком и инструктором 70- 100 см).
Ползание, лазание	ползание на четвереньках по прямой (расстояние 5м)	Подлезание под дугу (высота дуги 40- 50 см).	За катящимся мячом с ускорением	За катящимся мячом с ускорением и замедлением темпа	За катящимся мячом с ускорением
Праздники, досуги, развлечения	«Мячик круглый есть у нас»				
Оздоровительные группы					
	Упражнения на релаксацию «Слон»		Пальчиковая гимнастика №1		Дыхательная гимнастика
Подвижные игры					
	«найди цыпленка»[б, с. 10]	«По кочкам»		«Зайка серенький сидит»	«Мой веселый, звонкий мяч»
Совместная деятельность с семьей					
			Беседа о влиянии основных движений (ходьба,бег, прыжки)		

			на состоянии здоровья детей. Ознакомить с подвижными играми и упражнениями, которые можно использовать в домашних условиях		
--	--	--	--	--	--

ОКТАБРЬ

средняя группа

Недели Номер занятия	5 неделя		6 неделя		7 неделя		8 неделя		9 неделя	
	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Совместная деятельность с педагогом										
<i>Построение, перестроение</i>	Повороты на месте; перестроение в колонну по четыре и обратно				Повороты на месте; перестроение в колонне по четыре и наоборот			В колонне по одному		
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; парами «Один-двое»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; на высоких четвереньках «Обезьянки»; семенящим и широким шагом «Великаны-карлики»				В колонне по одному, врассыпную; на носках; на пятках; приставным шагом с приседом; гимнастическим шагом; с высоким подниманием колен «Петушок»			В колонне друг за другом; игровое упражнение «Едет, едет паровоз»; ходьба на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»		
<i>Бег</i>	В колонне по одному; парами «Один-двое»; с ускорением шеренгой; со сменой ведущего «Стань первым»; с заданием - кружение врассыпную, встать на одну ногу и постоять «Цапля»; бег с подскоками; с препятствием				В колонне; «змейкой»; с ускорением шеренгой; со сменой ведущего «Стань первым»; с заданием (врассыпную, присесть).			В колонне по одному		
<i>Равновесие</i>	Ходьба по веревке прямо, боком.		Ходьба по скамейке, перешагивая через кубики		Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики (высота кубиков 15 см),		Ходьба по веревке боком.		Ходьба по скамейке выполняя упр с мячом	

Прыжки	В длину через 4-6 линий	Прыжки через веревку (высота верёвки от пола 5—10 см).		Прыжки через лежащую на полу верёвку боком с продвижением вперёд	
Бросание, ловля, метание	Катание мяча перед собой одной, двумя руками по полу		Отбивание мяча правой и левой руками о пол (3—4раза подряд)	Бросание из-за головы через веревку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребёнка).	Броски мяча вдаль двумя руками из-за головы; Броски мяча через сетку
Ползание, лазание	Прокатывание мяча между двумя линиями на расстояние 2-3 м (расстояние между линиями 15-20см)	Подлезание под верёвку, не касаясь пола руками из обруча в обруч,	Лазание по гимнастической лестнице (на высоту 2 м).		
Праздники, досуги, развлечения	«Осень»				
Оздоровительные группы					
	Пальчиковая гимнастика №1	Тренировка дыхания «Птички улетели»	Упражнения на релаксацию «Рыбки»	«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)	Пальчиковая гимнастика №1
Подвижные игры					
	«Лягушки» [11, с. 25]	«Холодно - жарко» [11, с. 31]	«Сторож и зайцы» («Зайцы и волк») [6, с. 139]	«Море волнуется...» [6, с. 29]	«Жмурки»
Совместная деятельность с семьей					
		Консультация о значении развития мелкой мускулатуры –рассмотреть полез			

		ность действий с мячами			
--	--	-------------------------	--	--	--

старшая группа

ОКТАБРЬ

Недели Номер занятия	5 неделя		6 неделя		7 неделя		8 неделя		9 неделя	
	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	Совместная деятельность с педагогом									
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, повороты на месте прыжками, перестроение в круг		Расчет на первый-второй; в шеренге, колонне		Построение в шеренгу, перестроение в два круга и обратно в один	
<i>Ходьба</i>	Ходьба обычная, перекатом с пятки на носок, парами, на носках		Ходьба в глубоком приседе, с поворотом туловища назад		Ходьба по кругу приставным шагом вправо, влево; на пятках, на носках		Ходьба обычная, спиной вперед, на высоких четвереньках, с приседанием на звуковой сигнал		Ходьба по кругу: на носках, на пятках, выпадами, спиной вперед	
<i>Бег</i>	Бег обычный, мелким и широким шагом, врассыпную		Бег змейкой, широким шагом, с преодолением препятствий		Бег со сменой ведущего, выбрасывание прямых ног вперед, с остановкой на сигнал		Бег длинной и короткой «змейкой», с поворотом кругом по сигналу		Бег длинной «змейкой» и короткой; с поворотом кругом по сигналу	
<i>Равновесие</i>	Ходьба по скамейке прямо, боком.		Ходьба по шнуру руки в стороны				Ходьба по скамейке на носочках, руки на поясе		Ходьба по шнуру с мешочком на голове	
<i>Прыжки</i>			Прыжки через 5-6 предметов (высота предметов 15-20 см).		Упражнение «Перепрыгни - не задень». Детям нужно перепрыгнуть через шнур справа и слева, про		Большая прыжковая эстафета			

			двигаясь вперёд (<i>расстояние 35-40 см</i>).		
<i>Бросание, ловля, метание</i>	«Подбрось – поймай» (подбрасывание вверх и ловля)	Броски мяча о пол поочередно правой и левой рукой	Ведение мяча одной рукой в движении	Подбрасывание мяча вверх с хлопком во время полёта мяча	
<i>Ползание, лазание</i>	Подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь руками пола (<i>высота дуги 40-50 см</i>).	Ползание на средних четвереньках «змейкой»	Лазание по гимнастической стенке разноименным способом, перелезая на соседний пролет	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (<i>высота скамейки 25 см</i>).	Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	«Осенние старты»				
	Оздоровительные группы				
	<i>Упражнения на релаксацию «Лошадки»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №1</i>	<i>Тренировка дыхания «Гони шарик»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №1</i>
	Подвижные игры				
	«Ловишки-перебежки» [7, с. 48].	«Бояре»	«Затейники»[7, с. 38].	«Гуси-лебеди»	«Золотые ворота»
	Совместная деятельность с семьей				
	Обсудить с родителями уровень физического развития ребенка, его подвижности.				

ОКТЯБРЬ**подготовительная группа**

Недели Номер занятия	5 неделя		6 неделя		7 неделя		8 неделя		9 неделя	
	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	Совместная деятельность с педагогом									
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу		Построение в шеренгу		Построение в шеренгу, перестроение в пары		Построение в шеренгу, построение в круг, перестроение в два круга		Построение в шеренгу, повороты на месте	
<i>Ходьба</i>	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на пятках, на наружных сводах стопы, враспынную		Со сменой направления, через предметы (кирпичики)		Ходьба гимнастическим шагом, с притопом, приставным шагом вперед с приседанием		Ходьба на носках, на пятках, по сигналу – остановка, на средних четвереньках		Ходьба обычная, выпадами, спиной вперед, на высоких четвереньках, на носках	
<i>Бег</i>	Бег на носках с захлестыванием голени, с изменением темпа, с высоким подниманием коленей		Бег на носках, меняя темп бега, по сигналу – бег через предметы		Бег на носках, с захлестыванием голени назад, подскоком, боковым галопом		Бег семенящий чередующийся с бегом широким шагом		Бег обычный, «змейкой», сменой направления	
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая набивные мячи		Ходьба по скамейке с хлопком под вытянутой вперед ногой.				Прыжки по скамейке с продвижением вперед.			
<i>Прыжки</i>	Прыжки в высоту с разбега через канат (высота каната над полом 50 см)		Прыжки через верёвку боком (верёвка лежит на полу) с зажатым между ног мешочком с песком с продвижением вперед		Прыжки на двух ногах через верёвку (инструктор вращает верёвку)				Прыжки ; на двух ногах с подбрасыванием вверх мяча двумя руками и ловлей его	
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Отбивание мяча о землю одной рукой в движении (в колонне поодному по кругу)		Передача мяча из одной руки в другую с				Ведение мяча по прямой		Ведение мяча одной рукой с продвиже	

		<i>отскоком от пола в движении;</i>			нием вперёд между предметами.
<i>Ползание, лазание</i>	Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке	Ползание под дугами с опорой на руки	Лазание по верёвочной лестнице.	Пролезание под дугами	Ползание по гимнастической скамейке на средних четвереньках
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Здравствуй, детский сад»</i>				
	Оздоровительные группы				
	<i>Упражнения на релаксацию «Палуба»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №1</i>	<i>Тренировка дыхания «Гони шарик»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №1</i>
	Подвижные игры				
	«Мяч капитану» [12, с. 28]	«Золотые ворота»	«Пустое место» [12, с. 33]	«Съедобное - несъедобное»[1,с. 78]	игра «Перебрось мяч» [12, с. 36]
	Совместная деятельность с семьей				
				Ознакомить родителей с уровнем физического развития и физической подготовленности детей. Индивидуально отметить достоинства и недостатки в развитии движений у детей	

Младшая
НОЯБРЬ

Недели Дата	10 неделя		11 неделя		12 неделя		13 неделя	
	10.11.14	11.11.14	17.11.14	18.11.14	24.11.14	25.11.14	01.12.14	02.12.14
Совместная деятельность с педагогом								
Построение, перестроение	В колонне по одному				В колонне по одному, построение в круг			
Ходьба	В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; с высоким подниманием колен «Петушки»; с заданием				В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; на высоких четвереньках «Обезьянки»; приставным шагом влево и вправо			
Бег	В колонне по одному; двумя колоннами, держась за руки; с ускорением по диагонали				В колонне по одному; по диагонали; с ускорением по диагонали			
Равновесие	Ходьба по наклонной доске и спуск с нее		Ходьба между двумя линиями		Ходьба по наклонной доске и спуск с нее		Ходьба из обруча в обруч	
Прыжки	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед		Прыжки на двух ногах на месте в парах				Вверх на месте с целью достать предмет	
Бросание, ловля, метание	Прокатывание мяча между предметами		Бросание и ловля мяча		Бросание мяча из-за головы, отбивание мяча об пол			
Ползание, лазание	Подлезание под веревку		Ползание по скамейке на четвереньках		Подлезание под дугу		На четвереньках по скамейке	
Праздники, досуги, развлечения	«Колобок»							
Взаимодействие со специалистами								
	Упражнения на релаксацию «Бубенчик»				Пальчиковая гимнастика №1			
Подвижные игры								
	«Пузырь»		«Мыши в кладовой»		«Шла коза»		«Лягушки»	
Совместная деятельность с семьей								
	Консультация по обеспечению							

	температурного комфорта: рассмотреть связь слойности окружающей среды и видов одежды с температурой			
--	---	--	--	--

Средняя
НОЯБРЬ

Недели Дата	10 неделя		11 неделя		12 неделя		13 неделя	
	10.11.14	11.11.14	17.11.14	18.11.14	24.11.14	25.11.14	01.12.14	02.12.14
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Повороты на месте; построение по росту; перестроение в колонну по четыре				Повороты на месте; построение по росту; перестроение в колонну по четыре			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; парами; со сменой ведущего «Стань первым»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; в приседе «Утка»				В колонне по одному; парами «Один-двое»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; приставным шагом; боком с приседом;			
<i>Бег</i>	В колонне по одному; парами «Один – двое»; с ускорением по диагонали; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»; баковой галоп; с прыжками «Зайки»				В клоне по одному; «змейкой»; с ускорением по диагонали; мелким шагом «Карлики»; прямой галоп «Лошадки»; бег с прыжками на двух ногах с высоким подниманием колен и продвижением вперед «Кенгуру»			
<i>Равновесие</i>	Перешагивание через кубы, рейки, набивные мячи		Ходьба по скамейке		<i>Перешагивание через предметы</i>			
<i>Прыжки</i>	В глубину с высоты 20-30см		На двух ногах через 2-3 последовательных предмета		В глубину с высоты 20-30см			
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Катание мяча друг другу из разных положений (<i>сидя, стоя</i>)		Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет		Броски мяча о стену и его ловля; Метание в вертикальную (горизонтальную) цель;		Броски мяча в парах способом от груди;	

			Сесть на мяч-хопп, покачаться; Прыжки на мячах по залу	Прокатывание мяча друг другу из положения сидя; Броски мяча в парах способом снизу; Катание мяча друг другу
<i>Ползание, лазание</i>	Проползание на животе под скамейкой	Лазание по шведской лестнице	Упражнение «Разведчики»; ползание на животе по полу.	
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«В гостях у мяча»</i>			
	Взаимосвязь со специалистами			
	<i>Пальчиковая гимнастика «Колючий еж»</i>	<i>Тренировка дыхания «Дует сильный ветер»</i>	<i>Упражнения на релаксацию «Молчок»</i>	<i>«Ежовый массаж (самомассаж мячами- ежиками)</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Найди свое дерево»</i>	<i>«Крокодильчики»</i>	<i>«Мотылек»</i>	<i>«Ежик»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
	Консультация по охране органов зрения. Привлечь внимание к контролю позы ребенка при рассматривании книг, рисовании, оценке степени освещенности рабочего места			

Старшая
НОЯБРЬ

Недели Дата	10 неделя		11 неделя		12 неделя		13 неделя	
	3.11	4.11	10.11	11.11	17.11	18.11	24.11	25.11
	Совместная деятельность с педагогом							

<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, повороты на месте, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, повороты на месте кругом, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, повороты на месте, перестроение в колонну
<i>Ходьба</i>	Ходьба обычная, на носках, выпадами	Ходьба обычная, с заданием для рук	Обычная, с закрытыми глазами	Обычная, парами
<i>Бег</i>	Бег с ускорением, с остановкой по сигналу.	Бег обычный, высоко поднимая колени, по сигналу - врассыпную	Семенящим шагом, высоко поднимая колени, обычный бег чередуя по сигналу с прыжками на одной ноге	Обычный, с остановкой по сигналу
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны с приседанием на середине - руки вперед	Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, приседая на одной ноге	Легкий бег по гимнастической скамейке, на конце присесть, руки вперед, соскок на обозначенное место	Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом вокруг себя на середине
<i>Прыжки</i>	Прыжки через 6 предметов на 2-х ногах правым и левым боком с продвижением вперед	Прыжки через предметы (кирпичики, воротики), чередуя прыжки на 2-х, ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед		Прыжки на 2-х ногах с продвижением вперед
<i>Бросание, ловля, метание</i>		Перебрасывание мяча друг другу от груди, снизу	Перебрасывание мяча друг другу из-за головы (стоя, сидя)	Подбрасывание мяча вверх и вниз, ловля его двумя руками
<i>Ползание, лазание</i>	Лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет и скатыванием по наклонной доске		Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках	Лазание по гимнастической стенке разноименным способом
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Мой веселый звонкий мяч»</i>			
	Взаимосвязь со специалистами			
	<i>Упражнения на релаксацию «Птички»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №1</i>	<i>Тренировка дыхания «Гони шарик»</i>

	Подвижные игры			
	«Бояре»	Разучить с детьми хантыйскую народную игру «Талты кел».	«Марома»	Упражнять детей в основных видах движений посредством хантыйских народных игр.
	Совместная деятельность с семьей			
	Ознакомить родителей с оценкой развития мелкой моторики руки у детей. Провести консультацию о значимости уровня развития мелкой моторики руки для овладения письмом		Предложить родителям расспросить детей о правильной позе при сидении за столом, привлечь детей к оценке своей позы во время рисования, рассматривания картинок. Подобрать картины, рисунки с изображением позы в положении стоя, сидя и при ходьбе	

Подготовительная
НОЯБРЬ

Недели Дата	10 неделя		11 неделя		12 неделя		13 неделя	
	Совместная деятельность с педагогом							
Построение, перестроение	Построение в шеренгу, размыкание приставным шагом в стороны		Построение в шеренгу, равнение на ведущего, повороты на месте кругом		Построение в шеренгу, перестроение в две, три колонны на месте, расчет на первый, второй, третий в движении		Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	

<i>Ходьба</i>	Ходьба с изменением направления по ориентирам, остановка на сигнал	Ходьба с ритмичными хлопками под правую ногу, пружинистый шаг с носка	Ходьба парами, тройками, по сигналу - врассыпную	Ходьба по кругу, взявшись за руки, с заданиями на руки
<i>Бег</i>	Бег выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом	Бег на носках в разных направлениях, по сигналу - бег в колонне по 1	Бег парами, тройками, по сигналу - врассыпную	Бег по кругу, по сигналу – смена направления
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронести с боку	На гимнастических кольцах: вис, раскачивание, вис согнувшись, соскок	Ходьба по гимнастической скамейке выполняя приседания на середине выпрямиться и пойти до конца	«Перетяни за черту» (в парах перетягивают за руки друг друга у черты)
<i>Прыжки</i>	Прыжки вверх из глубокого приседа на мягкое покрытие	Прыжки вверх до предмета		
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно, стоя на месте	Ведение мяча одной рукой с продвижением вперед (правой и левой)	Ведение мяча в ходьбе	«Ловись рыбка» (входящий ловит «рыбку» обручем)
<i>Ползание, лазание</i>			Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками	
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Мы спортсмены»</i>			
	Взаимосвязь со специалистами			
	<i>Упражнения на релаксацию «Лифт»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №1</i>	<i>Тренировка дыхания «Гони шарик»</i>
	Подвижные игры			
		<i>«Краски»</i>	<i>«Жмурки»</i>	
	Совместная деятельность с семьей			
		Предложить родителям проанализировать уровень самостоятельности детей в двигательной деятельности:		

		умение подчиняться правилам в играх, составлять план выполнения движений, организовывать игры со своими сверстниками и с детьми во дворе, создавать условия для игр	
--	--	---	--

**Младшая
ДЕКАБРЬ**

Недели Дата	14 неделя		15 неделя		16 неделя		17 неделя	
Совместная деятельность с педагогом								
Построение, перестроение	В колонну; в круг; врассыпную				В колонне по одному; перестроение в круг; врассыпную			
Ходьба	В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости», на носках; на пятках; с заданием (ходьба – ползание с опорой на кисти рук и коленей «Черепашки»)				В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости», на носках; на пятках, с высоким подниманием колен «Петушки»; «змейкой»			
Бег	В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другу; с ускорением шеренгой с одной стороны на другую				В колонне по одному; взявшись за руки; с ускорением шеренгой с одной стороны зала на другую			
Равновесие	Ходьба по гимнастической скамейке , по доске.		Ходьба по гимнастической скамейке с дополнительным заданием для рук		Ходьба по гимнастической скамейке с предметом в руках			
Прыжки	Вверх с места с целью достать предмет		Мягкое спрыгивание на полусогнутые ноги со скамейки		Прыжки на двух ногах с продвижением вперед		Спрыгивание со скамейки	
Бросание, ловля, метание	Катание мяча друг другу в приседе на корточках Прокатывание мяча с целью сбить кеглю		Отбивание мяча о пол.		Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его стоя на месте, скатывание мяча по наклонной доске.			

Ползание, лазание		Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, пролезание в обруч.	Подлезание под несколько подряд расположенных дуг, не касаясь руками пола
Праздники, досуги, развлечения	«Зимушка-зима»			
Взаимодействие со специалистами				
	Упражнения на релаксацию «Лимон»		Пальчиковая гимнастика №2	
Подвижные игры				
	«Воробышки и кот»	«Снежная баба»	«Кролики»	« Докати мяч»
Совместная деятельность с семьей				
	Консультация о влиянии двигательного режима на здоровье детей. Раскрыть содержание двигательной деятельности в субботние и воскресные дни			

Средняя
ДЕКАБРЬ

Недели Дата	<i>14 неделя</i>		<i>15 неделя</i>		<i>16 неделя</i>		<i>17 неделя</i>	
Совместная деятельность с педагогом								
<i>Построение, перестроение</i>	Повороты на месте; построение по росту; перестроение в колонну по четыре				Повороты на месте; построение по росту; перестроение в колонну по одному			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; врассыпную; на носках; на пятках; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»; гимнастическим шагом				В колонне по одному; парами; со сменой ведущего «Стань первым»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; приставным шагом прямо с приседом; гимнастическим шагом			

<i>Бег</i>	В колонне по одному; парами «Один-двое»; с ускорением шеренгой; на высоких четвереньках «Обезьянки»		В колонне по одному; «змейкой»; с ускорением шеренгой; с прыжком вверх «Достань игрушку»; на высоких четвереньках «Обезьянки»	
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, по «следочкам»	Ходьба по веревке приставным шагом; по доске, лежащей на полу; по наклонной доске.		Перешагивание через кегли по прямой
<i>Прыжки</i>	С ноги на ногу; из обруча в обруч; через обручи	С короткой скакалкой	Через предметы (высота предметов 5-10 см).	
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Бросание мяча из-за головы через сетку с расстояния 1,5 м	Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет.	Сесть на мяч-хопп, покачаться; Прыжки на мячах по залу Броски мяча вверх и ловля его двумя руками; Броски мяча одной рукой об пол и ловля его двумя руками; Метание одновременно двумя руками; Метание поочередно правой и левой рукой;	Сесть на мяч-хопп, покачаться; Прыжки на мячах по залу; Броски мяча об пол и ловля; Броски мяча об пол и ловля в движении; Отбивание мяча двумя руками; Отбивание мяча поочередно правой и левой рукой; Отбивание мяча любым способом в движении; Броски в корзину двумя руками от груди
<i>Ползание, лазание</i>	Ползание по скамейке на животе, в сочетании с подлезанием под скамейку	Лазание по гимнастической стене; переход с пролета на пролет приставным шагом	Прокатывание мяча головой вперёд из положения на четвереньках, стараясь не отпускать мяч далеко от себя, при необходимости придерживая его рукой.	

<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>Зимние забавы</i>			
	Взаимосвязь со специалистами			
	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуем на снежинки»</i>	<i>Упражнения на релаксацию «Расслабление»</i>	<i>«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Жмурки»</i>	<i>«Мы веселые ребята»</i>	<i>«Снежинки и ветер»</i>	<i>«Снежинки и ветер»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
		Консультация о влиянии двигательного режима на здоровье детей. Раскрыть содержание двигательной деятельности в субботние и воскресные дни		

**Старшая
ДЕКАБРЬ**

Недели Номер занятия	<i>14 неделя</i>		<i>15 неделя</i>		<i>16 неделя</i>		<i>17 неделя</i>	
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, расчет на 1-й, 2-й, 3-й, перестроение по расчету в 3 шеренги и обратно, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, перестроение в колонны		Построение в шеренгу, перестроение в шеренгу, в две шеренги	
<i>Ходьба</i>	Ходьба обычная, с перешагиванием через предметы		Обычная ходьба с заданиями на руки, высоко поднимая колени, спиной вперед		Обычная ходьба в чередовании с ходьбой на высоких четвереньках, на пятках и носках		Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на носках, пятках, по сигналу с поворотом кругом	

<i>Бег</i>	Бег с препятствиями (по наклонной доске, через воротики)	Медленный бег, чередующийся с прыжками с ноги на ногу	Бег, высоко поднимая колени, пронося прямую ногу через сторону, по сигналу бег врассыпную	«Уголки»
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами	Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч то справа, то слева о пол и ловя его двумя руками	Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч с правой и левой стороны об пол	
<i>Прыжки</i>		Прыжки с гимнастической скамейки на обозначенное место	Прыжки на скамейку и обратно со скамейки	Прыжки боком через препятствия
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Перебрасывание мяча через сетку из-за головы, от груди	<i>Броски и ловля разными способами</i>		Перебрасывание мяча по кругу
<i>Ползание, лазание</i>	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках	Ползание по прямой, прокатывая перед собой мяч головой	Перелезание через сенсорный мяч .	Перелезание через скамейку и подлезание под ней
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Зимние забавы»</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Пара»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на снежок»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Хоккеист»-эстафеты</i>	<i>«Два мороза»</i>	<i>«Салки»</i>	<i>Эстафеты с мячом.</i>
	Совместная деятельность с семьей			
	Беседа «Влияние правильного выполнения бега и прыжков на сохранение здоровья»			Консультация по использованию точечного массажа в домашних условиях

Подготовительная
ДЕКАБРЬ

Недели Дата	14 неделя		15 неделя		16 неделя		17 неделя	
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в две		Построение в шеренгу, перестроение в две шеренги, в три шеренги и обратно		Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в два круга, в две шеренги		Перестроение в колонну по два, по три в движении	
<i>Ходьба</i>	Ходьба «змейкой», врассыпную, с остановкой по сигналу		Ходьба короткой, длинной «змейкой», скрестным шагом, выпадами		Ходьба в колонне друг за другом, по сигналу – ходьба шеренгой с одной стороны зала на другую		Ходьба гимнастическим шагом чередуя с ходьбой в полуприседе	
<i>Бег</i>	Бег «змейкой», врассыпную с остановкой на сигнал		Бег с преодолением препятствий, короткой и длинной «змейкой»		Обычный бег в колонне, чередуя с бегом, захлестывая голень назад, выбрасывая прямые ноги вперед		Бег в колонне по одному, по сигналу бег парами, тройками	
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом на середине						«Проведи шайбу» ведение шайбы клюшкой	
<i>Прыжки</i>			Запрыгивание на скамейку, спрыгивание на мат		Запрыгивание на скамейку, спрыгивание на мат			
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Ведение мяча в разных направлениях с остановкой на сигнал		Ведение мяча в разных направлениях правой и левой рукой; по сигналу перейти на бег		Ведение мяча разными способами между предметами, по сигналу бег с мячом на исходную позицию		«Бросок мяча в корзину» «Подбрось и поймай мяч ракеткой» (настольный теннис)	
<i>Ползание, лазание</i>	Ползание по гимнастической скамейке		Ползание на гимнастической скамейке		Ползание по-пластунски до ориентира			

	на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами	на животе подтягиваясь руками с чередующим перехватом рук		
Праздники, досуги, развлечения	«Зимние забавы»			
	Взаимосвязь со специалистами			
	Упражнения на релаксацию «Снежная баба»	Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов	Пальчиковая гимнастика №2	Тренировка дыхания «Подуй на снежок»
	Подвижные игры			
	Развивать эмоционально-двигательную активность в народных играх	«Петушинный бой»	Закреплять правила игры в хантыйских народных играх.	«Два Мороза»
	Совместная деятельность с семьей			
	Беседа по теме «Влияние динамической и статической нагрузок на подготовку организма ребенка к школьному режиму»		Ознакомить родителей с особенностями состояния зрения у дошкольников и предложить комплексы упражнений для укрепления мышц глаз	

Младшая
ЯНВАРЬ

Недели	18 неделя		19 неделя		20 неделя		21 неделя	
Номер занятия	35	36	37	38	39	40	41	42
	Совместная деятельность с педагогом							
Построение, перестроение	Построение в шеренгу		Построение в колонну, шеренгу; перестроение в круг, шеренгу				Построение свободное	
Ходьба	Ходьба в колонне «змейкой»		В колонне по одному «Трамвай»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; с заданием: ползание с				Ходьба обычная, по шнуру	

		опорой на кисти рук и колени «Черепашки»; приставным шагом вперед и назад с приседом.		
<i>Бег</i>	Бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением темпа «Птичка и птенчики»	В колонне по одному; по два держась за руки; с ускорением по диагонали; в сочетании с прыжками «Зайки»		Бег обычный, с остановкой по сигналу
<i>Равновесие</i>	«Поезд»	Ходьба по гимнастической скамейке, с мячом над головой		
<i>Прыжки</i>			В длину с места	Прыжки в длину с места через веревочку
<i>Бросание, ловля, метание</i>	«Догони мяч»	Ловля мяча, брошенного взрослым	Ловля мяча, брошенного взрослым; бросание мяча друг другу и ловля его	Ловля мяча, брошенного взрослым, бросок обратно
<i>Ползание, лазание</i>	«Наседка и цыплята»	Подлезание под воротцами, под скамейкой произвольным способом	Подлезание в обруч, расположенный вертикально к полу, прямо, не касаясь руками пола	Пролезть в обруч, расположенный вертикально к полу, прямо, не касаясь руками пола
Оздоровительная направленность				
	<i>Упражнения на координацию «снежинки»</i>	<i>Упражнения на релаксацию «Марионетки»</i>	<i>Звуковая гимнастика</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>
Подвижные игры				
	<i>«Не боимся мы кота»</i>	<i>«Найди свой цвет»</i>	<i>«Поймай мяч»</i>	<i>«Лохматый пес»</i>
Совместная деятельность с семьей				
			Консультация о значении развития мелкой мускулатуры – рассмотреть полезность действий с мячами	

Средняя
ЯНВАРЬ

Недели Номер занятия	18 неделя		19 неделя		20 неделя		21 неделя	
	35	36	37	38	39	40	41	42
Совместная деятельность с педагогом								
<i>Построение, перестроение</i>	Повороты на месте; построение по росту в шеренгу; перестроение в колонну по четыре и наоборот				Повороты на месте; построение по росту в шеренгу; перестроение в колонну по четыре и наоборот			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; врассыпную; на носках; на пятках; приставным шагом;				В колонне по одному; врассыпную; на носках; на пятках; приставным шагом;			
<i>Бег</i>	Бег навстречу шеренгой на другую сторону зала «Найди себе пару» «Ловишки» С преодолением препятствий через предметы, «змейкой»				В колонне по одному; «змейкой»; с ускорением по диагонали; со сменой ведущего «Стань первым»; прямой галоп «Лошадки»			
<i>Равновесие</i>	«Найди и промолчи»		Ходьба по веревке приставным шагом; по доске, лежащей на полу; по наклонной доске.					
<i>Прыжки</i>	«Лиса в курятнике»		С короткой скакалкой					
<i>Бросание, ловля, метание</i>					Катать обруч вдаль; Катать обруч вдаль и бежать за ним; Бросок мяча вверх двумя руками и ловля его; Бросок мяча двумя руками вниз и ловля его; Бросок мяча двумя руками вверх и ловля в движении; Бросок мяча двумя руками вниз и ловля в движении		Сесть на мяч-хопп, покачаться; Прыжки на мячах по залу; Прыжки на мячах по периметру и по диагонали; Броски мяча в стену и ловля; Броски мяча от груди; Броски мяча через сетку любым способом; Броски мяча снизу в стену и ловля его	
<i>Ползание, лазание</i>	«Перелет птиц»		Лазание по гимнастической стене; переход с пролета на пролет приставным шагом					

Оздоровительные группы				
	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуем на снежинки»</i>	<i>Упражнения на релаксацию «Кулачки»</i>	<i>«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)»</i>
Подвижные игры				
	<i>«Горелки»</i>	<i>«Ловишки»</i>	<i>«Догони мяч»</i>	<i>«Ловишки с мячом»</i>
Совместная деятельность с семьей				
	Привлечь внимание родителей к правильной группировке при скольжении детей по ледяным дорожкам		Подобрать упражнения для детей, имеющих отклонения в осанке, ознакомить с выполнением этих упражнений родителей	

Старшая ЯНВАРЬ

Недели Номер занятия	18 неделя		19 неделя		20 неделя		21 неделя	
	35	36	37	38	39	40	41	42
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в одну колонну, расхождение через середину по одному в разные стороны		Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, перестроение в круг		Построение в шеренгу, перестроение в пары	
<i>Ходьба</i>	Ходьба обычная, перекатом с пятки на носок, с поворотом кругом прыжком		Ходьба обычная, имитационная: лыжника, конькобежца; в сочетании с прыжками на 2-х ногах		Ходьба по кругу, взявшись за руки		Ходьба парами, с прихлопами и прихлопами на каждый шаг	
<i>Бег</i>	Бег «змейкой», со сменой ведущего		Бег обычный с преодолением «снежных		Бег обычный, присесть по сигналу		Бег со сменой направления движения по сигналу	

	«Караси и щука», «Перебежки», Хитрая лиса», Бездомный заяц»	преград» (скамейка - перепрыгивание, бум - подлезание, наклонная доска - бег на носках)		
<i>Равновесие</i>	«Кто скорее»	Ходьба по гимнастической скамейке, с перекладыванием мяча из рук в руки над головой		Ходьба по гимнастической скамейке, руки вверх
<i>Прыжки</i>	«Кто дальше» прыжки в длину с места		Прыжки в длину с места	Прыжки в длину с места
<i>Бросание, ловля, метание</i>	«Попади в корзину»	Метание вдаль правой и левой рукой	Метание правой и левой рукой в горизонтальную цель малым мячом	Метание правой и левой рукой в вертикальную цель малым мячом
<i>Ползание, лазание</i>	«Подлезь и не задень» Пожарные на учениях»	Ползание по наклонной доске и скатывание с нее	Ходьба по наклонной доске боком с переходом на соседний пролет	
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Замедленное движение»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на снежок»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Не оставайся на полу»</i>	<i>«Жмурки»</i>	<i>«Мяч водящему»</i>	
	Совместная деятельность с семьей			
			Попросить родителей понаблюдать, как бежит и прыгает ребенок, сколько времени он тратит на бег и прыжки. Отметить, любит ли ребенок интенсивные движения	Консультация «Двигательный режим для дошкольника и его значение в укреплении здоровья»

Подготовительная
ЯНВАРЬ

Недели Номер занятия	18 неделя		19 неделя		20 неделя		21 неделя	
	35	36	37	38	39	40	41	42
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, расчет на первый, второй, третий и перестроение из одной колонны в три по расчету		Построение в шеренгу, расчет на первый, второй, перестроение из одной шеренги в две, в два круга		Построение в шеренгу, расчет на первый, второй, третий, перестроение по расчету в шеренгу		Построение в шеренгу	
<i>Ходьба</i>	Чередование ходьбы врассыпную с ходьбой в парах и тройках		Ходьба с мячом в руках со сменой положения рук и ног на 8 счетов		Ходьба с ритмическими притопами и прихлопами, двигаясь в колонне и в кругу		Ходьба с обручем в руках, по сигналу смена положения рук	
<i>Бег</i>	Чередование бега врассыпную с бегом «змейкой»		Бег с мячом в руках с преодолением препятствий		Чередование обычного бега с бегом высоко поднимая колени		Обычный бег с обручем в руках чередовать с бегом захлестывая голень назад, по сигналу надеть обруч на себя	
<i>Равновесие</i>	«Проведи шайбу клюшкой вокруг предметов» (хоккей)		Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках, на носках, на середине поворот вокруг себя		<i>Висы на шведской стенке</i>		Легкий бег на носках с обручем в руках по гимнастической скамейке, сохраняя равновесие	
<i>Прыжки</i>	«Не попадись»		Запрыгивание на скамейку, спрыгивание на мат		Прыжки в длину с места			
<i>Бросание, ловля, метание</i>	«Брось мяч в корзину одной рукой от плеча» (баскетбол) Отбери мяч у противника ногой» (футбол)						Метание малого мяча, мешочка с песком в цель из и.п. стоя на коленях, сидя	

	«Подбрось и поймай мяч после отскока от пола»			
<i>Ползание, лазание</i>	«Ловля обезьян», лазание по веревочной лестнице	Ползание по-пластунски до ориентира, прокатывая перед собой мяч	Лазание по веревочной лестнице чередующимся шагом	Ползание по-пластунски под шнуром до ориентира
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Мое настроение»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на снежок»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Жмурки»</i>	<i>«Подвижная цель»</i>	<i>«Ручеек»</i>	<i>«Мяч соседу»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
	Консультация по теме «Двигательный режим для ребенка подготовительной к школе и его значение в укреплении здоровья»			Консультация «Значимость уровня развития моторики руки для овладения письмом». Ознакомить родителей с упражнениями для развития мелкой моторики руки, доступные детям дошкольного возраста. Особое внимание уделить играм с мячами и мелкими предметами.

Младшая
ФЕВРАЛЬ

Недели	22 неделя		23 неделя		24 неделя		25 неделя	
Номер занятия	43	44	45	46	47	48	49	50
	Совместная деятельность с педагогом							

Построение, перестроение	В колонну по одному; в круг		В колонне по одному; в круг	
Ходьба	В колонне по одному «Трамвай»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; с высоким подниманием колен «Петушки»; ходьба с заданием (остановиться, встать на носки и постоять); ходьба в «горку и с горки»		В колонне по одному «Трамвай»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; на высоких четвереньках «Обезьянки»; с заданием (остановиться, встать на носки и постоять); приставным шагом влево и вправо	
Бег	В колонне по одному; по диагонали; шеренгой с одной стороны на другую с ускорением; с препятствием через обруч, расположенный вертикально		Бег в колонне по одному со сменой направления	Бег врассыпную, широким шагом
Равновесие	Ходьба по ребристой доске		Перешагивание через предметы (кубы, набивные мячи)	
Прыжки	Прыжки на двух ногах вокруг себя.	Прыжки в длину с места через линии	Прыжки на двух ногах вокруг себя.	Прямой галоп «Лошадки»
Бросание, ловля, метание	Ловля мяча, брошенного взрослым; ловля и броски мяча друг другу	Отбивание мяча об пол, перекатывание мяча друг другу в парах	Бросание мяча вперед двумя руками из-за головы	Прокатывание мяча друг другу, по скамейке
Ползание, лазание		Подлезание под палку	Ползание на высоких, низких четвереньках	
Праздники, досуги, развлечения	«Мы юные, отважные»			
	Оздоровительные группы			
	Упражнения для укрепления мышц стопы и голени	Логоритмика «Лягушки»	Пальчиковая гимнастика №2	Упражнения для укрепления мышечного корсета
	Подвижные игры			
	«Лягушата»	«Пузырь»	«Зайка беленький сидит»	«Воробушки и кот»
	Совместная деятельность с семьей			
			Обсудить формирование самостоятельности и активности в двигательной деятельности. Наметить пути развития интереса у	

			детей с низкой двигательной активностью	
--	--	--	---	--

Средняя
ФЕВРАЛЬ

Недели Номер занятия	22 неделя		23 неделя		24 неделя		25 неделя	
	43	44	45	46	47	48	49	50
Совместная деятельность с педагогом								
<i>Построение, перестроение</i>	Повороты на месте; перестроение в колонну по четыре построение в шеренгу по росту			Повороты на месте; перестроение в колонну; построение по подгруппам				
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; со сменой ведущего «Стань первым»; на пятках «Мышки»; на пятках «Гуси»; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»			В колонне по одному; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; приставным шагом; с высоким подниманием колен «Петушок»				
<i>Бег</i>	В колонне по одному; парами «Один-двое»; с ускорением шеренгой; мелким и широким шагом «великаны-карлики»			В колонне по одному; «змейкой»; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»; в сочетании с прыжком вверх «Достань предмет»; в сочетании с прыжками на двух ногах с продвижением вперед «Кенгуру»; с остановкой и стоянием на одной ноге «Цапля»				
<i>Равновесие</i>	Ходьба по шнуру с мешочком на голове; по доске		Ходьба по скамейке, ставя ногу с носка		<i>Ходьба по ребристой доске.</i>		<i>Ходьба по наклонной доске</i>	
<i>Прыжки</i>	В длину с места, в высоту		В длину последовательно через линии, кубики				<i>Прыжки со скамейки</i>	
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Подбрасывание мяча вверх и ловля его руками, отбивание об пол и ловля двумя руками.		<i>Прокатывание мяча, скатывание мяча</i>		Бросок малого мяча о стену двумя руками и ловля его; Метание в вертикальную и горизонтальную цель; Прыгать на мяче-хоппе между предметами		Броски мяча в парах от груди снизу; Катать мяч друг другу сидя; Катить мяч друг другу в ворота с кеглей и целью ее сбить	

Ползание, лазание	Пролезание в обруч прямо и боком.	Ползание по скамейке на четвереньках. Лазание по наклонной лестнице		Прокатывание мяча головой вперед из положения на четвереньках.
Праздники, досуги, развлечения	«Армейские учения»			
Оздоровительные группы				
	Пальчиковая гимнастика №2	Тренировка дыхания «Дует сильный ветер»	Упражнения на релаксацию «Волшебный сон»	«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)
Подвижные игры				
	«Жмурки»	«Ловишки с ленточкой»	«Золотые ворота»	«Салют»
Совместная деятельность с семьей				
				Обсудить степень владения детьми основными движениями. Привлечь внимание родителей к выполнению ходьбы и бега, прыжков, метания

Старшая
ФЕВРАЛЬ

Недели Номер занятия	22 неделя		23 неделя		24 неделя		25 неделя	
	35	36	37	38	39	40	41	42
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Равнение в колонне, в шеренге		Построение в шеренгу, перестроение в пары	

<i>Ходьба</i>	Ходьба обычная, шеренгой с одной стороны зала на другую, по сигналу принять и. п. - лежа	Ходьба обычная, широкой «змейкой», выпадами, спиной вперед	Ходьба на четыре счета, чередуя ходьбу на носках и пятках, со сменой положения рук	Ходьба парами, приставным шагом
<i>Бег</i>	Бег приставным шагом вправо, влево, с изменением темпа, со сменой направляющего	Бег обычный, между предметами «змейкой», по сигналу присесть	Бег с изменением темпа по сигналу, с захлестыванием голени	Бег со сменой направления
<i>Равновесие</i>	ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд	Ходьба по гимнастической скамейке, высоко поднимая колени	Ходьба по скамейке с руками за головой.	Ходьба по скамейке на носках
<i>Прыжки</i>	Прыжки через длинную скакалку «неподвижную»	Прыжки через раскачивающуюся длинную скакалку		Прыжки в длину на двух ногах из обруча в обруч.
<i>Бросание, ловля, метание</i>	метание мешочков от плеча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м.		Перебрасывание мяча в парах через сетку, в баскетбольное кольцо.	Метание малого мяча в вертикальную цель правой и левой рукой
<i>Ползание, лазание</i>	Ползание по-пластунски до обозначенного места	Лазание по гимнастической стенке с переходом на соседний пролёт, не пропуская реек.	Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками	Лазание по веревочной лестнице.
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	«Папа и я – защитники Отечества»			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Передвижные картинки»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на снежок»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Мышеловка»</i>	<i>Эстафеты</i>	<i>Эстафеты</i>	<i>«Горелки»</i>
	Совместная деятельность с семьей			

	Подготовка к празднику 23 февраля	Консультация по теме «Значимость игр с мячами в подготовке детей к школе» (регуляция силы броска в зависимости от расстояния и величины предмета, изменение напряжения и положения пальцев)	«Папа и я – защитники Отечества» Праздник к 23 февраля (с папами)	
--	-----------------------------------	---	---	--

Подготовительная
ФЕВРАЛЬ

Недели Номер занятия	22 неделя		23 неделя		24 неделя		25 неделя	
	51	52	53	54	55	56	57	58
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу		Построение в шеренгу, перестроение 1, 2 круга и обратно		Построение в шеренгу, расчет на 1,2,3, размыкание приставным шагом в правую и левую сторону		Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в две; из двух шеренг в два круга	
<i>Ходьба</i>	Ходьба в сочетании с перешагиванием через предметы		Ходьба с ритмичными хлопками вверху - под правой ногой, ходьба гимнастическим шагом с носка		Ходьба перекатом с пятки на носок, выпадами, спиной вперед, на низких четвереньках		Ходьба на носках, по сигналу - на низких четвереньках, спиной вперед	
<i>Бег</i>	Бег в чередовании с прыжками на одной ноге		Бег, выбрасывая прямые ноги вперед, бег мелким и широким шагом		Легкий бег на носках двумя кругами навстречу друг другу		Бег длинной «змейкой», по сигналу - присесть, быстро встать и продолжать бег	
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы		Ползание по скамейке на четвереньках толкая мяч головой.		Ходьба по веревке		Бег по гимнастической скамейке на носках, соскок на обозначенное место	

<i>Прыжки</i>	Прыжки на месте через короткую скакалку	Прыжки в высоту с разбега.	Прыжки через короткую скакалку на месте	Прыжки через длинную скакалку.
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель	<i>Ведение мяча одной рукой между предметами</i>	Метание малого мяча в движущуюся цель (катящийся обруч) произвольным способом	Броски мяча через волейбольную сетку.
<i>Ползание, лазание</i>		Лазание по канату.	Лазание по канату, шведской стенке, веревочной лестнице.	«Достань флажок» - лазание по гимнастической стенке до флажка и спуск по наклонной лесенке
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	«Папа и я – защитники Отечества»			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Жираф»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Пальчиковая гимнастика №2</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на снежок»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Перетягивание каната», эстафеты.</i>	<i>Эстафеты с мячом</i>	<i>«Дружба»</i>	<i>«Горелки»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
	Подготовка к празднику к 23 февраля		Спортивно-музыкальный праздник к 23 февраля «Папа и я – защитники Отечества»	

**Младшая
ФЕВРАЛЬ**

Недели	22 неделя		23 неделя		24 неделя		25 неделя	
Номер занятия	43	44	45	46	47	48	49	50
	Совместная деятельность с педагогом							

Построение, перестроение	В колонну по одному; в круг		В колонне по одному; в круг	
Ходьба	В колонне по одному «Трамвай»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; с высоким подниманием колен «Петушки»; ходьба с заданием (остановиться, встать на носки и постоять); ходьба в «горку и с горки»		В колонне по одному «Трамвай»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; на высоких четвереньках «Обезьянки»; с заданием (остановиться, встать на носки и постоять); приставным шагом влево и вправо	
Бег	В колонне по одному; по диагонали; шеренгой с одной стороны на другую с ускорением; с препятствием через обруч, расположенный вертикально		Бег в колонне по одному со сменой направления	Бег врассыпную, широким шагом
Равновесие	Ходьба по ребристой доске		Перешагивание через предметы (кубы, набивные мячи)	
Прыжки	Прыжки на двух ногах вокруг себя.	Прыжки в длину с места через линии	Прыжки на двух ногах вокруг себя.	Прямой галоп «Лошадки»
Бросание, ловля, метание	Ловля мяча, брошенного взрослым; ловля и броски мяча друг другу	Отбивание мяча об пол, перекатывание мяча друг другу в парах	Бросание мяча вперед двумя руками из-за головы	Прокатывание мяча друг другу, по скамейке
Ползание, лазание		Подлезание под палку	Ползание на высоких, низких четвереньках	
Праздники, досуги, развлечения	«Мы юные, отважные»			
	Оздоровительные группы			
	Упражнения для укрепления мышц стопы и голени	Логоритмика «Лягушки»	Пальчиковая гимнастика №2	Упражнения для укрепления мышечного корсета
	Подвижные игры			
	«Лягушата»	«Пузырь»	«Зайка беленький сидит»	«Воробушки и кот»
	Совместная деятельность с семьей			
			Обсудить формирование самостоятельности и активности в двигательной деятельности. Наметить пути развития интереса у детей с низкой двигательной активностью	

Средняя
МАРТ

Недели Номер занятия	26 неделя		27 неделя		28 неделя		29 неделя	
	51	52	53	54	55	56	57	58
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	По подгруппам; перестроение в колонну по четыре; перестроение в колонну по два				Построение по подгруппам; перестроение в колонну по четыре; перестроение в колонну по два			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; враспынную; на носках; на пятках; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»; в приседе «Утки»				В колонне по одному; со сменой ведущего «Стань первым»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; приставным шагом в полуприседе			
<i>Бег</i>	В колонне по одному; парами «Один- двое »; боковой галоп с приседанием				«Змейкой»; с ускорением по диагонали; прямой галоп «Лошадки»; на высоких четвереньках прямо «Обезьянки»			
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы разной формы, размера .		Ходьба по скамейке боком «Холодно -(высота скамейки 20-25 см), по веревке жарко» прямо.		<i>Перешагивание</i> через кегли (расстояние между кеглями 70 см),		Ходьба и бег по наклонной доске (высота приподнятого края доски 30 см, ширина доски 25 см).	
<i>Прыжки</i>	На двух ногах с продвижением вперед		Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.		Прыжки в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 60 см).			
<i>Бросание, ловля, метание</i>	<i>Метание</i> малого мяча <i>вдаль (расстояние 3.5-6.5м) правой и левой рукой</i>		Прокатывание обруча между предметами (расстояние между предметами 40-50 см).		Сесть на мяч-хопп, покачаться; Прыжки на мяче по залу; Броски мяча верх, ловля двумя руками; Броски мяча одной рукой об пол, ловля двумя руками; Отбивание мяча правой и левой руками о пол (4-5 раз подряд)		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 (расстояние между детьми 1,5 м). Броски в корзину	

<i>Ползание, лазание</i>	Пролезание прямо и боком в обруч (<i>обруч приподнят над полом на высоту 10 см</i>).	Лазание по лестнице вверх-вниз приставным и чередующимся шагами на высоту 1,2-1,5 м.		Упражнение «Жучок». Описание: сидя на полу, руки в упоре сзади за спиной, ноги вместе, согнуты в коленях. Ползти, продвигаясь вперёд, сгибая и выпрямляя ноги.
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«В гости к бабушке идем»досуг с полосой препятствия</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения в равновесии</i>		<i>«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)</i>	
	Подвижные игры			
	<i>«Цветные автомобили»</i>	<i>Игровые упражнения с мячом</i>	<i>Игровые упражнения с мячом</i>	<i>«Зайка»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
		Обсудить формирование самостоятельности и активностив двигательной деятельности. Наметить пути развития интереса у детей с низкой двигательной активностью		

Старшая
МАРТ

Недели Номер занятия	26 неделя		27 неделя		28 неделя		29 неделя	
	51	52	53	54	55	56	57	58
	Совместная деятельность с педагогом							

<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, построение в один, два круга	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, равнение в шеренге, колонне	Построение в шеренгу, повороты направо, налево в колонне, в шеренге
<i>Ходьба</i>	Обычная ходьба в сочетании с имитационной ходьбой гимнастов, силачей	Ходьба обычная, скрестным шагом вправо, влево	Ходьба на четыре счета на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, меняя положение рук	Ходьба со сменой ведущего, по сигналу - прыжки
<i>Бег</i>	Бег «змейкой», ускоряя и замедляя шаг, высоко поднимая колени, через воротики	Бег обычный, изменяя направление, спиной вперед	Бег на носках, пронося прямые ноги через стороны, по сигналу чередовать с ходьбой с прыжками	Бег змейкой на носках, по сигналу - остановка
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой.	Ходьба по гимнастической скамейке через набивные мячи с хлопками над головой боком	Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.	«Сумей попасть» (попасть мячами в детей, стоящих на скамейке)
<i>Прыжки</i>	Прыжки правым, левым боком через <i>короткие</i> шнуры (расстояние между шнурами 40 см).		Прыжки в высоту с места (высота 40 см).	«Сделай меньше прыжков» (до ориентира)
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Метание мешочков в горизонтальную цель от плеча правой и левой рукой (расстояние от линии до цели 3,5-4 м).	Перебрасывание малого мяча из одной руки в другую на месте	Игровое упражнение: «Прокати и сбей» (сбивание мячом кегли)	«Попади в обруч» (метание в горизонтальную цель)
<i>Ползание, лазание</i>	Подлезание под шнур правым и левым боком справа;	Лазание по верёвочной лестнице.	Лазание по канату	Подлезание под дугу (высота дуги 40-50 см).
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	«Путешествие в страну игр»			

	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения для снятия напряжения «Ленивые восьмерки»</i>	<i>Упражнения для снятия напряжения «Слон»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика «Пальчики у нас попляшут»</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на ленточку»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Гусеница»</i>	<i>Игровые упражнения для рук и плечевого пояса</i>	<i>Игровые упражнения для рук и плечевого пояса</i>	<i>«Шарбол»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
	Ознакомить родителей с упражнениями для развития силу рук у детей.			

Подготовительная
МАРТ

Недели Номер занятия	26 неделя		27 неделя		28 неделя		29 неделя	
	51	52	53	54	55	56	57	58
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, самостоятельно строиться в круг, в два круга и обратно		Построение в шеренгу		Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в две, три. Расчет на первый, второй, третий		Построение в шеренгу, размыкание и смыкание вправо, влево приставными шагами	
<i>Ходьба</i>	Ходьба приставным шагом вперед, назад, в полуприседе		Ходьба скрестным шагом, перекатом с пятки на носок, на носках		Ходьба на высоких четвереньках, высоко поднимая колено, спиной вперед		Ходьба на носках, пятках; по сигналу - присесть и сгруппироваться	
<i>Бег</i>	Бег в сочетании с другими видами движений (прыжки, остановка, присед)		Бег на носках, по сигналу, прыжок вверх с поворотом кругом		Обычный бег, спиной вперед, «змейкой», по сигналу - смена ведущего		Бег на носках широким и коротким шагом	

<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая поочередно ногу вперед	Ходьба по шнуру с мешочком на голове	Ходьба на четвереньках по скамейке с толканием мяча головой	«Удержи волан на ракетке» (бег до ориентира)
<i>Прыжки</i>	Прыжки через большой обруч, вращая его (как через скакалку).	Прыжки через скакалку	Прыжки через скамейку «Джигитовка» (держась двумя руками за скамейку, перепрыгивание через скамейку на двух ногах вправо, влево с продвижением вперед).	
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Бросание мяча в баскетбольное кольцо с места	Бросание мяча в баскетбольное кольцо с ведением мяча, в прыжке вверх.	Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую на месте; отбивание мяча одной рукой о пол на месте, с поворотами.	Передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую в движении; отбивание мяча одной рукой о пол в движении, в движении между предметами.
<i>Ползание, лазание</i>	Лазание по канату	Лазание по веревочной лестнице чередующим шагом		Ползание по полу на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами с опорой на предплечья
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Эстафетомания» спортивный досуг</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на снятие напряжения «Массаж точек мозгас»</i>	<i>Упражнения в равновесии</i>	<i>Пальчиковая гимнастика «На морском дне»</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на ленточку»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Жмурки»</i>	<i>«Через тоннель» (эстафеты)</i>	<i>Эстафеты</i>	<i>«Прокати мяч по скамейке»</i>
	Совместная деятельность с семьей			

			Информация для родителей «Выбор спортивной секции»	
--	--	--	--	--

Младшая
АПРЕЛЬ

Недели Номер занятия	30 неделя		31 неделя		32 неделя		33 неделя	
	59	60	61	62	63	64	65	66
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Из колонны по четыре в колонну по одному				Из колонны по четыре в колонну по одному			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; на высоких четвереньках «Обезьянки»; с заданием (руки вдоль туловища «Оловянный солдатик»)				В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; ползание с опорой на кисти рук и колени «Черепашки», с заданиями (приставным шагом вперед и назад)			
<i>Бег</i>	В колонне по одному; двумя колоннами; держась за руки «Змейка»; с ускорением шеренгой с одной стороны зала на другую; «змейкой» между предметами. Бег с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора .				В колонне по одному; по диагонали; с ускорением шеренгой с одной стороны зала на другую; «змейкой» между предметами			
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, с выполнением задания (на середине скамейки подняться на носки и постоять)				Влезание на скамейку, поворот вокруг себя переступанием		Ходьба по гимнастической скамейке со свободными движениями рук (высота скамейки 15-20 см).	
<i>Прыжки</i>	Через предметы. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.		Через предметы (без остановки) с активной работой рук		Прыжки: перепрыгивание через шнур (высота шнура над полом - 5 см).		С ноги на ногу	
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Бросание мяча способом двумя руками из-за головы через сетку.Отбивание мяча		Перебрасывание мяча друг другу в парах (расстояние между детьми 1,5-2 м).		Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками; подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками		Перебрасывание мяча через верёвку с расстояния 1,5 м (высота верёвки над полом - на уровне глаз детей).	

	о пол и ловля его двумя руками			
<i>Ползание, лазание</i>	Лазание по наклонной лестнице вверх-вниз (на высоту 4 реек).	По наклонной доске, закрепленной на второй перекладине шведской стенки, переход на лестницу.	Ползание по скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени	Ползание по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине гимнастической стенке, переход на гимнастическую стенку
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Мы растем здоровыми»</i>			
	Для оздоровительных групп			
	<i>Упражнения на релаксацию «Кошка»</i>	<i>Логоритмическое упражнение «Кузнечики»</i>	<i>Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик-бабушка»</i>	Логоритмическое упражнение «Буратино», упр 20
	Подвижные игры			
	«Найди свой домик»	«Кот и мыши»	«По ровненькой дорожке»	«По кочкам»
	Совместная деятельность с семьей			
		Привлечь внимание родителей к привычной позе ребенка во время ходьбы, стояния, сидения. Раскрыть влияние различных факторов на формирование осанки детей		

Средняя
АПРЕЛЬ

Недели	30 неделя		31 неделя		32 неделя		33 неделя	
Номер занятия	59	60	61	62	63	64	65	66
	Совместная деятельность с педагогом							

<i>Построение, перестроение</i>	Построение по подгруппам; перестроение в колонну по два		Построение по подгруппам; перестроение в колонну по два	
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; парами «Один-двое»; ходьба на носках; на внешней стороне «Пингвины»; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»		В колонне по одному; врассыпную; на носках; на пятках; приставным шагом в полуприседе	
<i>Бег</i>	В колонне по одному; парами; с ускорением шеренгой; со сменой ведущего «Стань первым»; подскоками		В колонне по одному» «змейкой»; с ускорением шеренгой; со сменой ведущего «Стань первым»; в сочетании с прыжком вверх	
<i>Равновесие</i>	Ходьба вверх и вниз по наклонной доске; ходьба по канату прямо и боком приставным шагом	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы		Ходьба по ребристой доске, по гимнастической скамейке с мешочком на голове (высота скамейки 20-25 см).
<i>Прыжки</i>	Последовательно через предметы	<i>Прыжки в длину с места до ориентира</i> (расстояние от линии до ориентира 60 см).	Прыжки через веревку боком	В длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 60 см).
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Бросание мяча из-за головы с разных положений (сидя, стоя) в парах (расстояние между детьми 1,5 м)		Катать обруч вдаль; Катать обруч вдаль и бежать за ним; Метание мяча в вертикальную цель; Бросок мяча вверх и ловля его; Бросок мяча вниз и ловля его; Бросок мяча вверх и ловля его в движении; Бросок мяча вниз и ловля его в движении	Сесть на мяч-хоп, покачаться; Прыжки в разных направлениях; Броски мяча в стену двумя руками из-за головы; Броски мяча вдаль двумя руками от груди; Броски мяча через сетку любым способом; Броски мяча в стену двумя руками снизу и ловля его
<i>Ползание, лазание</i>		Лазание: упражнение «Муравьи» (ползание по полу с опорой на предплечья и колени).	Пролезание прямо и боком в обруч (обруч приподнят над полом на высоту 10 см);	

<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Мы растем здоровыми»</i>			
	Оздоровительные группы			
	Упражнения для снятия напряжения «Шапка для размышления»	Тренировка дыхания «Плывет, плывет кораблик»	Пальчиковая гимнастика «Поехали-поехали»	«Ежовый массаж (самомассаж мячами- ежиками)
	Подвижные игры			
	«Горелки», «Фигуры»	«Цыплята на полянке» [11, с. 26]	«Перебрось мяч»	«Холодно -жарко»
	Совместная деятельность с семьей			
	Беседа о влиянии физиологической нагрузки на укрепление сердечнососудистой и дыхательной систем.			

Старшая
АПРЕЛЬ

Недели	30 неделя		31 неделя		32 неделя		33 неделя	
Номер занятия	59	60	61	62	63	64	65	66
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, перестроение в пары на месте		Построение в шеренгу, перестроение в колонну		Построение в шеренгу, перестроение в колонну	
<i>Ходьба</i>	Ходьба выпадами		Ходьба с перестроением в пары в движении, на высоких четвереньках, спиной вперед		Ходьба в колонне по 1с расхождением в правую и левую стороны по одному, с притопами, прихлопами		Ходьба в колонне со сменой ведущего, короткой и длинной «змейкой»	

<i>Бег</i>	Бег обычный, широким шагом	Медленный бег широкой «змейкой» с остановкой на сигнал	Бег приставным шагом, правым, левым боком	Бег длинной «змейкой», по сигналу - враспынную
<i>Равновесие</i>	Ходьба по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой.		Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую перед собой, за спиной.	Бег между кеглями
<i>Прыжки</i>	Прыжки из обруча в обруч на двух ногах	Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой ноге, на левой ноге.	Перепрыгивание через шнур (высота шнура от пола 15-20 см).	Перепрыгивание на одной ноге предметы
<i>Бросание, ловля, метание</i>		Отбивание мяча о пол правой и левой руками в движении на расстоянии 5-6 м.	Перебрасывание мяча от груди, из-за головы двумя руками другу через сетку с расстояния 3-4 м (верхний край сетки находится на высоте 20-25 см выше поднятой руки ребёнка).	«Пронеси волан и не урони»
<i>Ползание, лазание</i>	Подлезать в обруч правым и левым боком	Спуск по вертикальной лесенке.	Ползание по скамейке на животе	Лазание по верёвочной лестнице.
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«День Здоровья»</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Океан»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Упражнения для глаз 10</i>	<i>Тренировка дыхания «Подуй на ленточку»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Медведь и пчёлы»</i>	<i>Игровые упражнения с мячом</i>	<i>«Кто быстрее добежит до флажка»</i>	<i>«Сделай фигуру»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
		Беседа о развитии у детей таких физических качеств, как выносливость и сила		

Подготовительная
АПРЕЛЬ

Недели Номер занятия	30 неделя		31 неделя		32 неделя		33 неделя	
	59	60	61	62	63	64	65	66
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу		Построение в шеренгу, повороты направо, налево, прыжком на месте		Построение в шеренгу, расчет на первый, второй, перестроение в две шеренги		Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в один, два круга	
<i>Ходьба</i>	Ходьба по узкой дорожке с заданиями для рук, по сигналу - остановка: лечь на пол		Ходьба парами на носках, гимнастическим шагом, поворотом кругом		Ходьба в глубоком приседе, скрестным шагом, по сигналу меняя направление		Ходьба с заданиями для рук, с остановкой на сигнал	
<i>Бег</i>	Бег в быстром темпе		Бег в колонне «змейкой», изменяя темп движения		Бег в колонне по одному, по сигналу - бег парами		Бег с преодолением препятствий: скамейка - прыжки; бум - бег на носках	
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием мяча вверх и ловлей его двумя руками.		Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине выполнить «ласточку», соскок на мягкое покрытие				«Удержись» (прыжки на двух ногах по скамейке)	
<i>Прыжки</i>	Прыжки с места в высоту		Прыжки через скакалку на двух ногах.		Прыжки с разбега в высоту			
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Перебрасывание мяча от груди, из-за головы двумя руками <i>в парах (расстояние между детьми 3-4 м).</i>				Подбивание шарика теннисной ракеткой на месте, отбивая шар правой и левой рукой		«Шарик подбивай, упасть не давай» (подбивание шарика)	

<i>Ползание, лазание</i>		Лазание по канату	В висе на гимнастической лестнице: поднять ноги вперед и держать угол	
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«День Здоровья»</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Кошечка»</i>	<i>Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов</i>	<i>Упражнения для глаз 10</i>	<i>Дыхательная гимнастика «Подуй на ленточку»</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Перебрось мяч»</i>	<i>«Ловишки со скакалкой»</i>	<i>« Волк во рву»</i>	<i>«Петушиный бой»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
		Привлечь внимание родителей к разнообразным действиям с мячами для развития ловкости и мелкой мускулатуры рук		Беседа о влиянии статических упражнений на развитие силы мышц. Предложить комплекс статических упражнений для развития мышц ног и туловища

Младшая МАЙ

Недели	34 неделя				35 неделя		36 неделя	
	67	68	69	70	71	72	73	74
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Из колонны по одному в колонну по два				Из колонны по одному в колонну по два			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному «Трамвай»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; с высоким подниманием колен «Петушки»; с заданиями (по сигналу остановиться, подняться на носки и стоять) : ходьба по гимнастической				В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; на носках «Мышки»; на пятках «Гуси»; на высоких четвереньках «Обезьянки»			

	скамейке с перешагиванием через кубики, руки на поясе (высота кубиков 25 см, расстояние между ними 15 см).		
Бег	В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую; с ускорением по диагонали		В колонне по одному; двумя колоннами; держась за руки; «змейкой»; с ускорением шеренгой с одной стороны зала на другую
Равновесие	Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы	Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча). Силы мышц ног (прыжки в длину с места). Силы мышц плечевого пояса (метание мешочка вдаль).	ходьба по гимнастической скамейке
Прыжки	С ноги на ногу: перепрыгивание через шнур (высота шнура над полом 5 см).		Прыжки на двух ногах через неподвижную скакалку с места.
Бросание, ловля, метание	катание мяча по полу, не отрывая от него рук; бросание мяча двумя руками от груди вдаль.		Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; отбивание о пол и ловля его двумя руками; бросание двумя руками из-за головы вдаль.
Ползание, лазание	подлезание под шнур (высота шнура от пола 40 см).		Подлезание под 3-4 дуги
Праздники, досуги, развлечения	«В гостях у Матрешки»		
	Оздоровительные группы		
	Упражнения на релаксацию «Морицинки»		Пальчиковая гимнастика №3
	Подвижные игры		
	«Прыгай к флажку»	«Найди игрушку» [3, с. 44]	«Прокати мячик к своему флажку» [9, с. 41]
			«Угадай, кто кричит?» [6, с. 10]
	Совместная деятельность с семьей		
			Конс.:«Использование солнечных и воздушных

				ванн для укрепления здоровья»
--	--	--	--	-------------------------------

Средняя
МАЙ

Недели Номер занятия	34 неделя				35 неделя		36 неделя	
	43	44	45	46	47	48	49	50
	Совместная деятельность с педагогом							
Построение, перестроение								
Ходьба	В колонне по одному; парами «Один-двое»; ходьба на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; гимнастическим шагом; ползание с поочередным переносом туловища к пяткам ног с опорой на руки «Гусеницы»				В колонне по одному; врассыпную; на носках; на пятках			
Бег			«Змейкой» между предметами; через два вертикально стоящих обруча		«Змейкой» между предметами; через два вертикально стоящих обруча			
Равновесие	Ходьба по ребристой доске; ходьба и бег по наклонной доске (высота поднятого края доски 35 см, ширина доски 15 см).		Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча). Гибкость (наклон вперед из положения стоя на скамейке). Силы мышц ног (прыжки в длину с места). Равновесие (стойка на одной ноге). Силы мышц брюшного пресса (сгибание и разгибание туловища)				Ходьба по скамейке через предметы (высота предметов 15-20 см).	
Прыжки	Прыжки через веревку боком с продвижением вперед.						Прыжки через короткую скакалку, в длину с места до ориентира (расстояние от линии до ориентира 60 - 70 см).	

Бросание, ловля, метание	Метание мешочков вдаль правой и левой руками от плеча в вертикальную цель с расстояния 1,5-2 м (высота мишени 1,5 м).			Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; отбивание о пол правой и левой руками и ловля после отскока; бросание от груди из разных положений
Ползание, лазание	Ползание по скамейке на животе. Лазание по гимнастической стене			Упражнение «Муравьи» (ползание по полу с опорой на предплечья и колени).
Праздники, досуги, развлечения	«В гостях у цирка»			
	Оздоровительные группы			
	Пальчиковая гимнастика №3	Тренировка дыхания «Сдуем капельки дождя»	Упражнения на релаксацию «Океан»	«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)
	Подвижные игры			
	«Брось-догони»	«Узнай, кто позвал?» [11, с. 29]	Воспитывать чувство состязательности в игре «Кто быстрее»	«Переправа»[11, с. 35] «Море волнуется»[11, с. 28]
	Совместная деятельность с семьей			
	«Какое физическое качество самое главное»			

**Старшая
МАЙ**

Недели Номер занятия	34 неделя				35 неделя		36 неделя	
	67	68	69	70	71	72	73	74
	Совместная деятельность с педагогом							

Построение, перестроение	Построение в шеренгу, перестроение в колонну парами и обратно	Перестроение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну
Ходьба	Обычная	Ходьба перекатом с пятки на носок	Ходьба с различным положением рук	Ходьба перекатом с пятки на носок
Бег	Бег челночный в медленном темпе	Бег 20-30м	Бег на короткую дистанцию 10, 30м	Бег в медленном темпе
Равновесие	Ходьба по скамейке с перекладыванием мяча из одной руки в другую впереди себя.	Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча). Гибкость (наклон вперед из положения стоя на скамейке). Силы мышц ног (прыжки в длину с места). Равновесие (стойка на одной ноге). Силы мышц брюшного пресса (сгибание и разгибание туловища)		Ходьба по гимнастической скамейке правым, левым боком
Прыжки	Перепрыгивание через шнур (высота шнура от пола 15-20 см).			Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперёд на двух ногах, на правой ноге, на левой ноге.
Бросание, ловля, метание	Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками с расстояния 3 м (высота баскетбольного кольца от пола 2,2 м)			Метание мешочков от плеча, снизу в обруч с расстояния 3м; перебрасывание мяча из одной руки в другую
Ползание, лазание	Подлезание под шнур (высота шнура от пола 40-50 см).			Подлезание под 3-4 дуги (высота дуг 40-50 см).
Праздники, досуги, развлечения	«Эстафета зеленого огонька»			
	Оздоровительные группы			
	Упражнения на релаксацию «Тропический остров»	Упражнения для кистей рук	Пальчиковая гимнастика №3	Тренировка дыхания «Подуй на ленточку»
	Подвижные игры			

	«Угадай по голосу» («Угадай, кто позвал») [6, с. 56]	«Пожарные на учении» [7, с. 40]	<i>Развивать внимание и точность движений в игре в мяч</i>	«Бездомный заяц» [13, с. 150]
	Совместная деятельность с семьей			
		Консультация «Использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья»		

Подготовительная МАЙ

Недели	34 неделя				35 неделя		36 неделя	
	67	68	69	70	71	72	73	74
	Совместная деятельность с педагогом							
Построение, перестроение	Построение в шеренгу, самостоятельное построение в круг	Перестроение из шеренги в колонну по диагонали		Перестроение из одной колонны в три в движении		Размыкание из колонны приставным шагом вправо и влево		
Ходьба	Ходьба приставным шагом назад, вперед, по сигналу - смена направления	Ходьба скрестным шагом, по сигналу - остановка, глубоко приседе		Ходьба перекатом с пятки на носок, спиной вперед на низких четвереньках		Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча двумя руками.		
Бег	Челночный бег в медленном темпе	Челночный бег 3*10м в медленном темпе		Бег в медленном темпе		Бег в медленном темпе		
Равновесие	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с отбиванием мяча о пол на каждый шаг и ловлей его двумя руками.	Силы мышц плечевого пояса (бросок набивного мяча). Гибкость (наклон вперед из положения стоя на скамейке). Силы мышц ног (прыжки в длину с места). Равновесие (стойка на одной ноге). Силы мышц брюшного пресса (сгибание и разгибание туловища).				Ходьба по гимнастической скамейке на середине выполнить «ласточку»		
Прыжки	Прыжки в длину с разбега до ориентира (расстояние от линии до ориентира 1,8 м).					Прыжки через скакалку несколько раз подряд Прыжки на двух ногах на батуте		

Бросание, ловля, метание	Метание мяча одной рукой от плеча вдаль (расстояние не менее 6-12 м).				Работа с мячом в парах, перебрасывая через сетку (элементы волейбола)
Ползание, лазание	Лазание по верёвочной лестнице.				Лазание по канату.
Праздники, досуги, развлечения	«Эстафета зеленого огонька»				
	Оздоровительные группы				
	Упражнения на релаксацию «Самолет»	Упражнения для кистей рук	Пальчиковая гимнастика №3	Тренировка дыхания «Подуй на ленточку»	
	Подвижные игры				
	«Меткие стрелки» [1, с. 118]	«Не наступи»	«Брось и поймай»	«Скачки на одной ноге». «Стой прямо!»[1,с. 96]	
	Совместная деятельность с семьей				
	Беседа с родителями о соблюдении теплового режима («Одежда детей в теплое время года»)		Консультация по теме «Использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья детей»		

Младшая

Июнь

Недели Номер занятия	37 неделя (01.06.-05.06.15г.)		38 неделя (08.06.-12.06.15г.)		39 неделя (15.06.-19.06.15г.)		40 неделя (22.06.-30.06.15г.)	
	75	76	77	78	79	80	81	82
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Ходьба в колонне по одному с перестроением в колонну по двое по сигналу инструктора				Ходьба в колонне по одному с перестроением в колонну по двое по сигналу инструктора			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; на высоких четвереньках				В колонне по одному; шеренгой с одной стороны на другую «Пойдем в гости»; на носках; на внешней стороне стопы «Пингвины»; ползание с опорой на			

	«Обезьянки»; с заданием (руки вдоль туловища «Оловянный солдатик»)		кисти рук и колени «Черепашки», с заданиями (приставным шагом вперед и назад)	
<i>Бег</i>	В колонне по одному; двумя колоннами; держась за руки «Змейка»; с ускорением шеренгой с одной стороны зала на другую; «змейкой» между предметами		В колонне по одному; по диагонали; с ускорением шеренгой с одной стороны зала на другую; «змейкой» между предметами	
<i>Равновесие</i>	Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, с выполнением задания (на середине скамейки подняться на носки и постоять)		Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, руки за головой.	
<i>Прыжки</i>	Прыжки в длину с места от шнура до шнура (расстояние между шнурами 15 см).	Через предметы	Через предметы (без остановки) с активной работой рук	С ноги на ногу
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Бросание мяча в горизонтальную цель (расстояние от черты до цели 1,5-2 м) правой и левой рукой от плеча.		Бросание мяча в горизонтальную цель (расстояние от черты до цели 1,5-2 м) правой и левой рукой от плеча.	Бросание мяча двумя руками вверх и ловля его
<i>Ползание, лазание</i>	Ползание по скамейке (высота скамейки 25 см).			Ползание по наклонной доске, закрепленной на второй перекладине гимнастической стенке, переход на гимнастическую стенку
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Лето красное»</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Кошка»</i>	<i>Упражнения на осанку</i>	<i>«Веселые ладошки»- развитие кисти</i>	
	Подвижные игры			
	Подвижная игра «Солнышко и дождик» [10, с. 38]	<i>«Кружись-не упади!»</i>		<i>«По кочкам»</i>
	Совместная деятельность с семьей			

		Привлечь внимание родителей к привычной позе ребенка во время ходьбы, стояния, сидения. Раскрыть влияние различных факторов на формирование осанки детей		
--	--	--	--	--

Средняя
ИЮНЬ

Недели	37 неделя (01.06.-05.06.15г.)		38 неделя (08.06.-12.06.15г.)		39 неделя (15.06.-19.06.15г.)		40 неделя (22.06.-30.06.15г.)	
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение по подгруппам; перестроение в колонну по два				Построение по подгруппам; перестроение в колонну по два			
<i>Ходьба</i>	В колонне по одному; парами «Один-двое»; ходьба на носках; на внешней стороне «Пингвины»; мелким и широким шагом «Великаны-карлики»				В колонне по одному; врассыпную; на носках; на пятках; приставным шагом в полуприсяде			
<i>Бег</i>	В колонне по одному; парами; с ускорением шеренгой; со сменой ведущего «Стань первым»; подскоками				В колонне по одному» «змейкой»; с ускорением шеренгой; со сменой ведущего «Стань первым»; в сочетании с прыжком вверх			
<i>Равновесие</i>	Ходьба по скамейке приставным шагом боком (высота скамейки 20-25 см).		Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы					
<i>Прыжки</i>	Перепрыгивание через бруски		Прыжки с ноги на ногу, из обруча в обруч, через обручи					

<i>Бросание, ловля, метание</i>	Перебрасывание мяча через волейбольную сетку двумя руками из-за головы в парах (расстояние между детьми 2 м), одной рукой от плеча в парах (расстояние между детьми 2 м).		Катать обруч вдаль; Катать обруч вдаль и бежать за ним; его в движении	Броски мяча вдаль двумя руками от груди; Броски мяча чрез сетку любым способом; Броски мяча в стену двумя руками снизу и ловля его
<i>Ползание, лазание</i>	Ползание на предплечьях и коленях по скамейке.	Подлезание под шнур (высота шнура от пола 40-50 см).		
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Лето красное»</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Пальчиковая гимнастика «Веселые ладошки»</i>	<i>Имитационные упражнения</i>	<i>Упражнения на укрепление осанки</i>	<i>«Ежовый массаж (самомассаж мячами-ежиками)</i>
	Подвижные игры			
	<i>«Ловишки» [8, с. 36]</i>	<i>«Сбей кеглю»</i>	<i>«Зайцы»</i>	<i>«Бабочки,лягушки»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
	Беседа «Выбор спортивной секции»			

Старшая
ИЮНЬ

Недели	75 неделя (01.06.-05.06.15г.)	76 неделя (08.06.-12.06.15г.)	77 неделя (15.06.-19.06.15г.)	78 неделя (22.06.-30.06.15г.)
	Совместная деятельность с педагогом			
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в пары на месте	Построение в шеренгу, перестроение в колонну	Построение в шеренгу, перестроение в колонну

<i>Ходьба</i>	Ходьба выпадами	Ходьба с перестроением в пары в движении, на высоких четвереньках, спиной вперед	Ходьба в колонне по 1с расхождением в правую и левую стороны по одному, с притопами, прихлопами	Ходьба в колонне со сменой ведущего, короткой и длинной «змейкой»
<i>Бег</i>	Бег обычный, широким шагом	Медленный бег широкой «змейкой» с остановкой на сигнал	Бег приставным шагом, правым, левым боком	Бег длинной «змейкой», по сигналу - враспынную
<i>Равновесие</i>	Ходьба по узкой часткамейки, свободно балансируя руками (высота 25-30 см, ширина -10).			Бег между кеглями
<i>Прыжки</i>	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах с вращением её вперёд-назад	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах с вращением её вперёд-назад	Прыжки в высоту с разбега	Перепрыгивание на одной ноге предметы
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Метание мячиков вдаль правой и левой рукой от плеча на расстояние до 7,5 м при весе мешочка 80 г (ориентир обозначить 5 раз).	Метание мячиков вдаль правой и левой рукой от плеча на расстояние до 7,5 м при весе мешочка 80 г (ориентир обозначить 5 раз).	Прокатывание набивного мяча ногами, сидя на полу лицом друг к другу, стараясь попасть в ворота	«Пронеси волан и не урони»
<i>Ползание, лазание</i>	Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт и спуск вниз, не пропуская реек.	Пролезание правым, левым боком в обручи, приподнятые от пола	Вис на гимнастической стенке, поднимая прямые ноги, держать угол, разводить ноги в стороны	
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	«Здравствуй солнце красное»			
	Оздоровительные группы			
	Упражнения на релаксацию «Океан»	Упражнения на развитие м-ц туловища	Пальчиковая гимнастика «Веселые ладошки»	Тренировка дыхания «Подуй на ленточку»
	Подвижные игры			
	Полоса препятствий.	«Кто дольше на одной ноге»»	«Бой петухов».	«Бадминтон»
	Совместная деятельность с семьей			
		Беседа о выборе спортсекции		

Подготовительная
ИЮНЬ

Недели	37 неделя (01.06.-05.06.15г.)		38 неделя (08.06.-12.06.15г.)		39 неделя (15.06.-19.06.15г.)		40 неделя (22.06.-30.06.15г.)	
	Совместная деятельность с педагогом							
<i>Построение, перестроение</i>	Построение в шеренгу		Построение в шеренгу, повороты направо, налево, прыжком на месте		Построение в шеренгу, расчет на первый, второй, перестроение в две шеренги		Построение в шеренгу, перестроение из одной шеренги в один, два круга	
<i>Ходьба</i>	Ходьба по узкой дорожке с заданиями для рук, по сигналу - остановка: лечь на пол		Ходьба парами на носках, гимнастическим шагом, поворотом кругом		Ходьба в глубоком приседе, скрестным шагом, по сигналу меняя направление		Ходьба с заданиями для рук, с остановкой на сигнал	
<i>Бег</i>	Бег в быстром темпе		Бег в колонне «змейкой», изменяя темп движения		Бег в колонне по одному, по сигналу - бег парами		Бег с преодолением препятствий: скамейка - прыжки; бум - бег на носках	
<i>Равновесие</i>	Наклоны туловища вперед, вниз с касанием пальцами рук пальцев ног на бревне (высота бревна 30 см).		Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине выполнить «ласточку», соскок на мягкое покрытие				«Удержись» (прыжки на двух ногах по скамейке)	
<i>Прыжки</i>	Прыжки с разбега в высоту				Прыжки с разбега в высоту			
<i>Бросание, ловля, метание</i>	Перебрасывание мяча снизу в парах (расстояние между детьми 1,5-2 м) (если дети не роняют мяч, расстояние между ними увеличивается).		Перебрасывание мяча через волейбольную сетку в парах.		Подбивание шарика теннисной ракеткой на месте, отбивая шар правой и левой рукой		«Шарик подбивай, упасть не давай» (подбивание шарика)	

<i>Ползание, лазание</i>	Быстрое влезание на лестницу и быстрый спуск с неё разными способами	В висе на гимнастической лестнице: поднять ноги и держать угол	В висе на гимнастической лестнице: поднять ноги вперед и держать угол	
<i>Праздники, досуги, развлечения</i>	<i>«Лето красное, солнце ясное»</i>			
	Оздоровительные группы			
	<i>Упражнения на релаксацию «Летний день»</i>	<i>Упражнения на развитие мышц туловища</i>	<i>Пальчиковая гимнастика «Веселые ладошки»</i>	<i>Дыхательная гимнастика «Подуй на ленточку»</i>
	Подвижные игры			
	«Мяч о стенку» [7, с. 138]	<i>Элементарный волейбол</i>	<i>«Петушиный бой»</i>	<i>«Бадминтон»</i>
	Совместная деятельность с семьей			
		Привлечь внимание родителей к разнообразным действиям с мячами для развития ловкости и мелкой мускулатуры рук		Беседа о влиянии упражнений на развитие силы мышц. Предложить комплекс упражнений для развития мышц ног и туловища

Перечень музыкальных произведений

Младшая группа 3-4 года

Игровые упражнения, ходьба и бег под музыку	«Марш и бег»	А. Александрова
	«Скачут лошадки»	муз. Т. Попатенко
	«Шагаем как физкультурники»	муз. Т. Ломовой
	«Топотушки»	муз. М. Раухвергера
	«Птички летают»	муз. Л. Банниковой
	«Вальс-шутка»	Д. Шостакович
	игра в жмурки	Р. Шуман

Средняя группа 4-5 лет

Игровые упражнения.	«Пружинки» под рус. нар. мелодию	
	ходьба под «Марш»	муз. И. Беркович
	«Веселые мячики» (подпрыгивание и бег)	муз. М. Сатулиной
	«В садике» лиса и зайцы	под муз. А. Майкапара
	«Этюд» ходит медведь под	К. Черни
	«Полька»	муз. М. Глинки
	«Всадники»,	муз. В. Витлина
	«Петух»	муз. Т. Ломовой
	«Кукла»	муз. М. Старокадомского
	«Упражнения с цветами» под муз. «Вальса»	А. Жилина

Старшая группа 5-6 лет

Упражнения.	«Шаг и бег»	муз. Н. Надененко
	«Плавные руки»	муз. Р. Глиэра («Вальс», фрагмент)
	«Кто лучше скачет»	муз. Т. Ломовой
	«Вальс»	муз. Ф. Бургмюллера.
Упражнения с предметами.	«Упражнения с мячами»	муз. Т. Ломовой

Подготовительная группа 6-7 лет

Музыкально-ритмические движения.		
Упражнения.	«Марш»	муз. М. Робера
	«Бег», «Цветные флажки»	муз. Е. Тиличеевой
	«Кто лучше скачет?», «Шагают девочки и мальчики»	муз. В. Золотарева
	«Этюд», поднимай и скрещивай флажки	муз. К. Гуритта
	«Ой, утушка луговая» полоскать платочки	рус. нар. мелодия, обраб. Т. Ломовой
	«Упражнение с кубиками»	муз. С. Соснина.