

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 95  
Невского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Решением педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 95  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 30.08.2024 г. № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий ГБДОУ детским садом № 95  
Невского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ И. Н. Мовчан  
Приказ от 30.08.2024 г. № 115

Подписано цифровой подписью: Мовчан Илона  
Николаевна  
DN: E=uc\_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, OID.1.2.643.100.4=7710568760,  
O=РН=1047797019830,  
STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1", L=г.  
Москва, C=RU, O=Казначейство России, CN=Казначейство России  
Причина: Я являюсь автором этого документа  
Дата: 30 Август 2024 г. 18:04:12

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
на 2024 – 2025 учебный год  
инструктора по физической культуре  
по реализации образовательной программы  
дошкольного образования  
для детей с 1.5 до 7 лет**

**Инструктор по физической культуре:  
Полищук Руслан Маратович**

Санкт-Петербург  
2024

## Содержание

<b>1. Целевой раздел.....</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели и задачи реализации программы.....	6
1.3. Принципы реализации программы.....	7
1.4. Психофизические особенности развития детей.....	8
1.5. Планируемые результаты освоения программы.....	16
<b>2.Содержательный раздел .....</b>	<b>19</b>
2.1. Интегративное содержание области «физическое развитие» и других образовательных областей .....	19
2.2. Система физкультурно-оздоровительной работы .....	30
2.3. Психолого-педагогическое содержание работы образовательной области «Физическое развитие» .....	31
2.4. Направления физкультурно-оздоровительной работы .....	32
2.5. Календарный план информационно-методической работы по физическому развитию с участниками педагогического процесса:.....	34
2.6. Система педагогического мониторинга по физкультуре.....	37
2.7. Перспективный план занятий по физкультуре .....	38
2.8. Календарное планирование занятий .....	50
2.9. Планирование физкультурных досугов .....	98
2.9.1. Примерный план физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности с родителями .....	99
<b>3.Организационный раздел.....</b>	<b>100</b>
3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	100
3.2. Перечень спортивного оборудования и инвентаря .....	102
3.3. Методическое обеспечение .....	103

# 1. Целевой раздел

## 1.1. Пояснительная записка

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры. Она охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребенка, укрепления его здоровья и развития двигательной сферы. Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно важных систем и функций организма. Разработанная программа реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно-образовательных задач по физкультурно-оздоровительному направлению развития ребенка. Она соответствует Закону РФ «Об образовании», «Образовательной программе ДОУ», а также Федеральным государственным образовательным стандартам (ФГОС) и в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в РФ»;
- Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в РФ" по вопросам воспитания обучающихся;
- Конституцией РФ (ред. от 04.07.2020 ст.67.1, п.4);
- Приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (с изменениями на 01.12.2022 г.);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (с изменениями на 21.01.2019 г., 8.11.2022 г.);
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от

28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";

- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р;

- Программой развития ГБДОУ детский сад №95 комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга на 2019-2025;

- Уставом ГБДОУ детский сад №95 Невского района Санкт-Петербурга;

Рабочая образовательная программа (далее РОП) обеспечивает: единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста; строится с учетом принципа интеграции, что позволяет гармонизировать воспитательно-образовательный процесс, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

РОП состоит из двух частей:

Обязательная часть, которая включает организацию режима пребывания детей в ДОУ; модель образовательного процесса с использованием разнообразных форм и с учетом времени года и возрастных психофизиологических возможностей детей, взаимосвязи планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду; закаливающие мероприятия; физкультурно-оздоровительные мероприятия; содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие» и «Здоровье»; планируемые результаты освоения детьми общеобразовательной программы; мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы.

Часть, формируемая участниками образовательного процесса, которая определяет направление деятельности учреждения и систему работы с родителями воспитанников.

Содержание образовательного процесса по физическому развитию выстроено в соответствии с образовательной программой ГБДОУ № 95.

РОП является комплексом учебно-методической документации, регламентирующей содержание деятельности педагога по физкультуре в течение учебного года. Содержание РОП формируется на основании учебного плана и календарного графика на 2024-2025 учебный год.

Реализация РОП в летний период характеризуется:

- минимальным количеством или отсутствием в режиме дня ОД;
- увеличением пребывания детей на свежем воздухе;
- увеличением двигательной активности детей;
- преобладанием игровой деятельности детей;
- активным закаливанием с помощью природных факторов;

## 1.2. Цели и задачи реализации программы

### Цели:

- Обеспечение равных условий получения образования каждым ребенком независимо от возраста, пола, национальности, социального статуса, психофизических особенностей;
- Создание условий для удовлетворения потребности детей в двигательной активности;
- Содействие формированию основ здорового образа жизни, направленных на укрепление здоровья;
- Содействие формированию общей культуры личности детей, развития их нравственных, социальных, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, формирования предпосылок учебной деятельности;

### Задачи:

1. Обеспечить охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, их эмоционального благополучия;
2. Создать благоприятные условия для гармоничного развития детей в соответствии с их возрастными, индивидуальными особенностями, творческого потенциала и склонностями развития, как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром; а также с учётом его особых образовательных потребностей;
3. Создать условия для формирования и развития жизненно необходимых двигательных умений и навыков в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностями ребёнка, развития физических качеств;
4. Обеспечить интегративный подход всех специалистов ДОУ к организации физкультурно-оздоровительной работы;
5. Обеспечить психолого-педагогическую поддержку семье и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья;

### 1.3. Принципы реализации программы

1. *Принцип индивидуального подхода* - учитывает возрастные закономерности развития ребенка, его индивидуальные возможности и особенности.
2. *Принцип актуальности, научного подхода* - соответствие содержания образовательной программы современным условиям и нормативно-правовому законодательству.
3. *Принцип интеграции* - обеспечение целостного интегративного процесса обучения и взаимодействия в разных образовательных областях.
4. *Принцип системности и преемственности* - взаимосвязь и взаимозависимость всех компонентов образовательной программы, поддержание связей между возрастными группами детей, участниками педагогического процесса;
5. *Принцип добровольности* - решение о включении ребенка и семьи в образовательную программу учреждения исходит от родителей (законных представителей).
6. *Принцип сознательности* – понимание ценности здоровья и необходимости его сохранения и укрепления;
7. *Принцип активности* – участие педагогов и родителей в целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей;
8. *Принцип научного подхода* – применение научно обоснованных и апробированных методов укрепления здоровья;
9. *Принцип взаимодействия* – решение оздоровительных задач во всех видах деятельности, всеми участниками педагогического процесса;
10. *Принцип систематичности* – постоянное проведение физкультурно-оздоровительной работы согласно плану;
11. *Принцип эффективности* – гарантия положительной динамики развития основных видов движений, поддержания положительного эмоционального фона, укрепление здоровья;

## 1.4. Психофизические особенности развития детей

### Возрастные особенности развития детей

<p><i>Группа раннего возраста (1,5-3 года)</i></p>	<p>Первые годы жизни ребенка характеризуются быстрыми темпами роста и развития организма. Интенсивно увеличиваются морфологические показатели: рост, масса тела и ОГК.</p> <p>С рождения до трехлетнего возраста заметно возрастают возбудимость и лабильность нервно-мышечного аппарата, но сила мышц еще невелика. Все суставы ребенка вследствие слабого развития связочного аппарата и мышц отличаются большой подвижностью.</p> <p>При организации физического воспитания детей раннего возраста следует помнить о физиологии системы и мышечно-связочного аппарата и строго дозировать физические нагрузки.</p> <p>В этом возрасте нервные процессы недостаточно сильны и подвижны, подвижны, однако условно-рефлекторные связи отличаются большой прочностью и очень трудно поддаются переделке. Поэтому в процессе физического воспитания необходимо учить детей правильному выполнению того или иного упражнения, так как возникший навык прочно и надолго закрепляется. Заученные с ошибками простые движения сделают невозможным в будущем правильное формирование более сложных двигательных навыков, а это будет затруднять полное раскрытие двигательной одаренности ребенка.</p> <p>В раннем возрасте ребенок не может развиваться правильно без достаточной физической активности. Установлено, что у двухлетних детей на активные движения приходится 70% времени бодрствования, а у трехлетних — не менее 60. Постепенно, по мере развития движения у детей приобретают большую законченность, определенную целесообразность и целенаправленность. Однако в коре головного мозга процессы иррадиации преобладают над процессами концентрации, поэтому движения детей отличаются неточностью, некоординированностью. Внимание в этом возрасте еще неустойчиво, и дети не могут долго сосредотачиваться на чем-то одном и быстро утомляются.</p>
--	--

<p><i>мл. группа (3-4 года)</i></p>	<p>Высока потребность в движении (двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Развивается моторная координация. Дети осваивают основные движения, обнаруживая стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.) Начинают развиваться физические качества (скоростные, силовые, координация, гибкость, выносливость).</p> <p>Внимание произвольно.</p> <p>Память непосредственна, произвольна и имеет яркую эмоциональную окраску. Сохраняют и воспроизводят ту информацию, которая остается в их памяти без всяких внутренних усилий.</p> <p>Мышление наглядно-действенное: решают задачи путем непосредственного действия с предметами.</p> <p>Начинает развиваться воображение (прежде всего, в игре).</p> <p>Дети проявляют любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к сверстникам. Способны к эмоциональной отзывчивости - сопереживают, утешают, помогают сверстнику. Большим эмоциональным благополучием характеризуются девочки.</p> <p>Поведение ребенка произвольно, действия и поступки ситуативные, последствия их ребенок не представляет (свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему). Характерно стремление быть независимым от взрослого и действовать как взрослый, что может провоцировать небезопасные способы поведения.</p> <p>Дети этого возраста усваивают некоторые нормы и правила поведения, связанные с определенными разрешениями и запретами</p>

	<p>(«можно», «нужно», «нельзя»), могут увидеть несоответствие поведения другого ребенка нормам и правилам, но выделяют не нарушение самой нормы, а нарушение требований взрослого, поэтому нередко обращаются с жалобой к взрослому. Выражено стремление к самостоятельной деятельности: любимым выражением является «я сам».</p>
<p><b>Средняя группа (4-5 лет)</b></p>	<p>Развиваются ловкость и координация движений. Дети могут удерживать равновесие. Развивается моторика. Движения становятся более совершенными. Способны активно и осознанно усваивать разучиваемые движения, их элементы, что позволяет расширять основные виды движений. Появляется сосредоточенность на своем самочувствии, начинает волновать тема собственного здоровья. Способны элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.</p> <p>Связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной как раньше. Во многих случаях не требуется практического манипулирования с объектом, но необходимо отчетливо воспринимать и наглядно представлять объект. Мышление протекает в форме наглядных образов, следуя за восприятием.</p> <p>Внимание становится все более устойчивым. Важным показателем развития внимания является то, в деятельности ребенка появляется действие по правилу – первый необходимый элемент произвольного внимания.</p> <p>Развивается память ребенка, становится более произвольной.</p> <p>Дети этого возраста отличаются многообразием выражения своих чувств, способны проявлять участие, сочувствие, сопереживание, используя средства интонационной речевой выразительности.</p> <p>Отмечается потребность в уважении, похвале, на замечания взрослых реагирует повышенной обидчивостью. Эмоционально откликаются</p>

	<p>на музыкальное сопровождение занятий, стараются имитировать различные эмоциональные состояния людей, животных.</p> <p>Следование правилам бывает неустойчивым – легко отвлекаются на то, что более интересно или «хорошо себя ведут» только в отношении наиболее значимых людей. Социальные нормы и правила поведения не осознаются, однако начинают складываться обобщенные представления о том, «как надо (не надо) себя вести», как «положено» вести себя девочкам, и как – мальчикам. Хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам в поведении другого, в своем собственном, эмоционально его переживают, что повышает возможность регулирования поведения. Волевые процессы формируются, поведение ребенка зависит от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.</p>
<p><b>Старшая группа (5-6 лет)</b></p>	<p>Дети старшего возраста владеют основными движениями, способны к освоению сложных движений. Наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Более совершенной становится крупная моторика.</p> <p>Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени). Имеют представление о здоровом образе жизни, ценности здоровья.</p> <p>Самостоятельно выполняют соответствующие возрасту гигиенические процедуры, имеют навыки опрятности.</p> <p>Внимание становится более устойчивым и произвольным. Могут заниматься не очень интересным на их взгляд, но нужным делом в</p>

течение 20-25 минут вместе со взрослым. Способны действовать по правилу, которое задается взрослым.

Объем памяти изменяется не существенно. Улучшается ее устойчивость. Для запоминания могут использовать несложные приемы и средства.

Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдаленные последствия действий и поступков собственных и других людей.

Эмоционально переживают не только оценку своего поведения другими, но и соблюдение ими самими норм и правил, соответствие поведения своим морально-нравственным представлениям. Однако соблюдение норм (дружно играть, делиться игрушками, контролировать агрессию и т.д.), как правило, возможно, лишь во взаимодействии с теми, кто наиболее симпатичен, с друзьями. Эмоционально откликаются на собственные успехи. Зачастую нуждаются в одобрении, поощрении и доброжелательном отношении взрослых.

В поведении формируется возможность саморегуляции, т.е. дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Происходит осознание общепринятых норм и правил поведения и обязательности их выполнения. Проявляют способность к волевой регуляции поведения, преодолению непосредственных желаний, если они противоречат установленным нормам. В связи с ростом осознанности и произвольности поведения, преодолением эгоцентрической позиции (ребенок становится способным встать на позицию другого) - повышаются возможности безопасности жизнедеятельности ребенка. Достаточно адекватно оценивают результаты своей деятельности по

	<p>сравнению с другими детьми. Характерна завышенная общая самооценка, влияющая на положительное отношение к себе.</p>
<p><b>Подгот. группа (6-7 лет)</b></p>	<p>Продолжается дальнейшее развитие моторики, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. По собственной инициативе могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками. Совершенствуются ходьба и бег. Дети овладевают различными видами прыжков, на одной и двух ногах, способны прыгать в высоту и в длину с места и с разбега. Выполняют разнообразные сложные упражнения на равновесие на месте и в движении, способны четко метать различные предметы в цель. Появляется гармония в движениях рук и ног. Зрительно-моторная координация девочек более совершенна. В силу накопленного двигательного опыта и достаточно развитых физических качеств часто переоценивают свои возможности, совершают необдуманные физические действия.</p> <p>Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Обладают полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены. Определяют состояние своего, а также состояние здоровья окружающих. Могут объяснить алгоритм действий в случае травмы и готовы оказать элементарную помощь самому себе и другому.</p> <p>Увеличивается устойчивость непроизвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости, но возможности сознательно управлять своим вниманием ограничены. Сосредоточенность и длительность деятельности ребенка зависит от ее привлекательности. Внимание мальчиков менее устойчиво.</p> <p>Увеличивается объем памяти, что позволяет им непроизвольно запомнить достаточно большой объем информации. Могут самостоятельно ставить перед собой задачу что-либо запомнить, используя при этом простейший механический способ запоминания –</p>

повторение (шепотом, про себя). Непроизвольное запоминание остается наиболее продуктивным до конца дошкольного детства. Девочек отличает больший объем, устойчивость памяти.

Продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет решать ребенку более сложные задачи, с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) Мышление девочек имеет более развитый вербальный компонент интеллекта, однако оно более детальное и конкретное, чем у мальчиков.

Мальчики нацелены на поисковую деятельность, нестандартное решение задач, девочки ориентированы на результат, предпочитают типовые и шаблонные задания, отличаются тщательностью их исполнения.

Дети 6-7 лет отличаются богатством и глубиной переживаний, но более сдержаны и избирательны в эмоциональных проявлениях. Испытывают чувство удовлетворения, радости, когда поступают правильно, и смущение, неловкость, когда нарушают правила. Возможность эмоционально оценивать свои поступки, связана с развитием морально-нравственных представлений. Формируются обобщенные эмоциональные представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Продолжает развиваться способность понимать эмоциональное состояние другого человека.

Поведение становится менее ситуативным и чаще выстраивается с учетом интересов и потребностей других. В основе произвольной регуляции поведения лежат не только усвоенные или заданные правила и нормы («что такое хорошо и что такое плохо»).

Расширяется мотивационная сфера за счет развития таких социальных мотивов, как познавательные, про социальные (побуждающие делать добро), а также мотивов самореализации.

Способны проявлять волевые усилия в ситуациях выбора между «можно» и «нельзя», «хочу» и «должен», а также настойчивость и терпение. Могут сдерживать себя, высказывать просьбы, предложения, свое несогласие в социально приемлемой форме.

Проявляют инициативность во всех видах детской деятельности: выбирают себе занятие по своему желанию, самостоятельно разворачивают или включаются в игровые ситуации, творчески развивают игровой сюжет; проявляют пытливость ума, изобретательность.

Уверенно владеют культурой самообслуживания. Не боятся взять на себя ответственность, как в индивидуальной, так и в совместной деятельности. Находят способы и средства для реализации своего замысла. Стремятся хорошо выполнить поручение, испытывают при этом чувство удовлетворения. Общая самооценка представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, которое формируется под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых. Могут адекватно оценивать результаты своей деятельности, что приводит к становлению представлений о себе и своих возможностях.

### 1.5. Планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты освоения ОП по физкультуре основаны на принципе интеграции пяти образовательных областей и направлены на достижение целевых ориентиров общей ОП ДО ГБДОУ №95.

<i>Образовательные области</i>	<i>Целевые ориентиры</i>
<i>Физическое развитие</i>	<p>У детей в соответствии со своими возрастными, индивидуальными особенностями и потребностями развит интерес к занятиям физкультурой; дети умеют пользоваться физкультурным оборудованием; принимают участие в совместных подвижных играх; развита крупная и мелкая моторика; дети подвижны, выносливы, владеют основными движениями, могут контролировать свои движения и управлять ими. Дети способны к волевым усилиям, могут соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.</p> <p>Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека; формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни; становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам; воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других</p>

	<p>личностных качеств; приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития; формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.</p>
<p><i>Социально-коммуникативное развитие</i></p>	<p>Дети на доступном для них уровне усвоили нормы и правила поведения в коллективе; способны к волевым усилиям, умеют следовать правилам и социальным нормам поведения в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками.</p> <p>У детей в соответствии со своими возможностями развиты: эмоциональная отзывчивость, сопереживание.</p> <p>Дети овладели соответствующими их возможностям навыками общения и взаимодействия с взрослыми и сверстниками, адекватно используют вербальные и невербальные средства общения, принимают активное участие в коллективных подвижных играх с правилами.</p>
<p><i>Познавательное развитие</i></p>	<p>Ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно анализировать полученную информацию, склонен наблюдать, экспериментировать.</p> <p>На доступном уровне сформированы начальные знания о себе, полезных и вредных привычках о природном и социальном мире, в котором он живет; объектах окружающего мира, их свойствах и отношениях (форме, цвете, размере, ритме, темпе, количестве и др.).</p>
<p><i>Речевое развитие</i></p>	<p>Ребенок в соответствии с его индивидуальными возможностями владеет устной речью как средством общения: адекватно использует вербальные и/или невербальные средства коммуникации. Ребёнок может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, у ребенка складываются предпосылки</p>

	грамотности. Активно принимает участие в игровой деятельности с речевым сопровождением, различает условную и реальную ситуации.
<i>Художественно-эстетическое развитие</i>	<p>У ребенка, в соответствии с его возрастными, образовательными потребностями и индивидуальными возможностями, формируется положительное отношение к произведениям словесного, музыкального, изобразительного искусства.</p> <p>У ребенка имеются предпосылки эстетического отношения к окружающему миру, соответствующие его индивидуальным возможностям.</p> <p>Ребенок в соответствии с его образовательными потребностями и индивидуальными возможностями, активно принимает на себя роли в образно-игровых упражнениях и музыкально-подвижных играх, старается проявлять самостоятельную творческую активность.</p>

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО. В соответствии с периодизацией психического развития ребенка согласно культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от одного года до трех лет) и дошкольный возраст (от трех до семи лет). Обозначенные в Федеральной программе возрастные ориентиры «к одному году», «к трем годам» и т.д. имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребенком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребенок может продемонстрировать обозначенные в планируемых

результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров. Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении образовательной программы ДОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу. [17]

## 2.Содержательный раздел

### 2.1. Интегративное содержание области «физическое развитие» и других образовательных областей

<p><i>Физическое развитие</i></p>	<p><i>1.5-4 года</i></p>	<p><b><i>Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта</i></b>          Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя</p>
-----------------------------------	--------------------------	--

	<p>руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать[17].</p> <p><b>Подвижные игры.</b></p> <p>Поощрять участие детей в совместных подвижных играх и упражнениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.</p>
<p><b>4-5 лет</b></p>	<p>Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно</p>

		<p>относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками [17].</p> <p><b>Подвижные игры.</b></p> <p>Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.</p>
	<p><b>5-6 лет</b></p>	<p><b>«Физическая культура»</b></p> <p>Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны[17].</p> <p><b>Подвижные игры.</b></p> <p>Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить играть в игры с элементами спортивных игр.</p>

	<p><b>6-7 лет</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Физическая культура»</b></p> <p>Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта [17].</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Подвижные игры.</i></b></p> <p>Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к</p>
--	-----------------------	---

		<p>спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).</p>
<p><i>Социально-коммуникативное развитие в физическом развитии</i></p>	<p><i>Все группы ДОУ</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Социализация»</b></p> <p><b><i>Усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, воспитание моральных и нравственных качеств ребенка, формирование умения правильно оценивать свои поступки и поступки сверстников.</i></b></p> <p>Развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками, развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. Формирование готовности детей к совместной деятельности, развитие умения договариваться, самостоятельно разрешать конфликты со сверстниками.</p> <p>Закреплять навыки организованного поведения в детском саду, дома, на улице. Продолжать формировать элементарные представления о том, что хорошо и что плохо. Обеспечивать условия для нравственного воспитания детей. Поощрять попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь. Создавать игровые ситуации, способствующие формированию внимательного, заботливого отношения к окружающим. Приучать детей общаться спокойно, без крика. Формировать доброжелательное отношение друг к другу, умение делиться с товарищем, опыт правильной оценки хороших и плохих поступков. Учить жить дружно, вместе пользоваться игрушками, книгами, помогать друг другу. Приучать детей к вежливости (учить здороваться, прощаться, благодарить за помощь).</p>

### **«Ребёнок в семье и обществе»**

**Формирование образа Я, уважительного отношения и чувства** принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в организации; формирование гендерной, семейной принадлежности.

#### **Образ Я.**

Постепенно формировать образ Я. Сообщать детям разнообразные, касающиеся непосредственно их сведения (ты мальчик, у тебя серые глаза, ты любишь играть и т. п.), в том числе сведения о прошлом (не умел ходить, говорить; ел из бутылочки) и о происшедших с ними изменениях (сейчас умеешь правильно вести себя за столом, рисовать, танцевать; знаешь «вежливые» слова).

#### **Семья.**

Беседовать с ребенком о членах его семьи (как зовут, чем занимаются, как играют с ребенком и пр.).

#### **Детский сад.**

Формировать у детей положительное отношение к детскому саду. Обращать их внимание на красоту и удобство оформления физкультурного зала (светлые стены, различное спортивное оборудование). Знакомить детей со спортивным залом, оборудованием и его назначением, подчеркивая его удобство, веселую, разноцветную окраску спортивного оборудования. Воспитывать стремление поддерживать чистоту и порядок в спортивном зале, формировать бережное отношение к спортивному оборудованию и инвентарю, личным вещам и пр. Формировать чувство общности, значимости каждого ребенка для детского сада. Совершенствовать умение свободно ориентироваться в помещениях и на участке детского сада. Формировать уважительное отношение к сотрудникам детского сада (музыкальный руководитель, медицинская сестра, заведующая, старший воспитатель и др.), их труду; напоминать их имена и отчества.

### **«Основы безопасности»**

**Формирование представлений о безопасном поведении в быту, социуме, природе. Воспитание осознанного отношения к выполнению правил безопасности.**

Знакомить с источниками опасности дома и в детском саду (горячая плита, утюг, лестница и др.). Формировать навыки безопасного передвижения в помещении (осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держась за перила;

		<p>открывать и закрывать двери, держась за дверную ручку, соблюдать интервал, смотреть по ходу движения и др.). Формировать умение соблюдать правила в подвижных играх. Развивать умение обращаться за помощью к взрослым. Формировать навыки безопасного поведения в играх с песком, водой, снегом.</p>
<p><i>Познавательное развитие в физическом развитии</i></p>	<p><i>Все группы ДОУ</i></p>	<p><b>«Элементарные математические представления»</b>  <b>Формирование</b> первичных представлений об основных свойствах и отношениях объектов окружающего мира: форме, цвете, размере, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени. Развивать умение видеть общий признак предметов группы (все мячи — круглые, эти — все красные, эти — все большие и т. д.). Учить составлять группы из однородных предметов и выделять из них отдельные предметы; находить один и несколько одинаковых предметов в окружающей обстановке;</p> <p><b>Величина.</b>  Сравнивать предметы контрастных и одинаковых размеров; при сравнении предметов соизмерять один предмет с другим по заданному признаку величины (длине, ширине, высоте, величине в целом).</p> <p><b>Форма.</b>  Продолжать знакомить детей в процессе игровой деятельности с геометрическими фигурами: кругом, квадратом, треугольником. Учить обследовать форму этих фигур, используя зрение и осязание.</p> <p><b>Ориентировка в пространстве.</b>  Развивать умение ориентироваться в расположении частей своего тела и в соответствии с ними различать пространственные направления от себя: вверху — внизу, впереди — сзади (позади), справа — слева. Различать правую и левую руки.</p> <p><b>Ориентировка во времени.</b>  Учить ориентироваться в контрастных частях суток: день — ночь, утро — вечер.</p> <p><b>«Познавательно-исследовательская деятельность»</b>  <b>Развитие познавательных интересов детей.</b>  Расширение опыта ориентировки в окружающем, сенсорное развитие, развитие любознательности и познавательной мотивации. Развитие восприятия, внимания, памяти, наблюдательности, способности анализировать, сравнивать, выделять характерные, существенные признаки предметов и явлений</p>

окружающего мира, умения устанавливать простейшие связи между предметами и явлениями, делать простейшие обобщения. Закреплять умение выделять цвет, форму, величину как особые свойства предметов; группировать однородные предметы по нескольким сенсорным признакам: величине, форме, цвету. Совершенствовать навыки установления тождества и различия предметов по их свойствам: величине, форме, цвету.

*«Ознакомление с предметным окружением»*

**Формирование первичных представлений о многообразии предметного окружения. Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи между миром предметов и природным миром.**

Продолжать знакомить детей с **предметами ближайшего окружения** (игрушки, спортивный инвентарь, виды транспорта), их функциями и назначением.

**Расширять представления детей о свойствах** (прочность, твердость, мягкость) материала (дерево, бумага, ткань, резина). Рассказывать о том, что одни предметы сделаны руками человека (скакалки, кубики и т. п.), другие созданы природой (камень, шишки).

*«Ознакомление с социальным миром»*

**Ознакомление с окружающим социальным миром, расширение кругозора детей, формирование целостной картины мира. Формирование первичных представлений о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках.**

**Знакомить с ближайшим окружением** (основными объектами городской инфраструктуры): дом, улица, магазин, поликлиника, стадион, спортивная площадка. Дать представление о правилах поведения в общественных местах. **Формировать интерес к малой Родине** и первичные представления о ней: напоминать детям название города, в котором они живут; самые любимые места посещения в выходные дни, побуждать рассказывать о том, где они гуляли в выходные дни (в парке, сквере, детском городке) и пр. Рассказывать детям о понятных им **профессиях**: (воспитатель, помощник воспитателя, физкультурный руководитель, врач, водитель), расширять и обогащать представления о трудовых действиях. Обращать внимание детей на личностные (доброжелательный, чуткий) и деловые (трудолюбивый,

		<p>аккуратный) качества человека, которые ему помогают трудиться.</p> <p style="text-align: center;"><b>«Ознакомление с миром природы»</b></p> <p><i>Ознакомление с природой и природными явлениями. Развитие умения устанавливать причинно-следственные связи между природными явлениями. Формирование первичных представлений о природном многообразии планеты Земля. Воспитание умения правильно вести себя в природе. Воспитание любви к природе, желания беречь ее.</i></p> <p>Знакомить детей с доступными явлениями природы. Расширять представления детей о растениях и животных. Продолжать знакомить с домашними животными и их детенышами, особенностями их поведения и питания. Расширять представления о диких животных (медведь, лиса, белка, еж и др.). Учить замечать сезонные изменения в природе.</p>
<p><i>Развитие речи в физическом развитии</i></p>	<p><i>Все группы ДОУ</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>«Развитие речи»</b></p> <p><i>Развитие свободного общения с взрослыми и детьми, овладение конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими. Развитие всех компонентов устной речи детей: грамматического строя речи, связной речи — диалогической и монологической форм; формирование словаря, воспитание звуковой культуры речи. Практическое овладение воспитанниками нормами речи.</i></p> <p><b>Развивающая речевая среда.</b> Продолжать помогать детям, общаться со знакомыми взрослыми и сверстниками. В подвижных играх помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом. Использовать игры с речевым сопровождением, стихами, запевками.</p> <p><b>Формирование словаря.</b> На основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и активизировать словарный запас детей. Уточнять названия и назначение спортивного инвентаря, оборудования в зале. Учить детей различать и называть существенные детали и качества предметов (цвет и его оттенки, форма, размер), особенности существительных в форме единственного и множественного числа, обозначающие животных и их детенышей (утка — утенок — утята); форму множественного числа существительных в родительном падеже (мячиков, палочек, ленточек, обручей, скамеек).</p>

		<p>Относиться к словотворчеству детей как к этапу активного овладения грамматикой, подсказывать им правильную форму слова. Помогать получать из нераспространенных простых предложений (состоят только из подлежащего и сказуемого) распространенные путем введения в них определений, дополнений, обстоятельств; составлять предложения с однородными членами («Мы будем заниматься физкультурой, чтобы стать сильными, ловкими, выносливыми»).</p> <p><b>Связная речь.</b></p> <p>Развивать диалогическую форму речи. Вовлекать детей в разговор во время рассматривания и обследования спортивного инвентаря и оборудования. Обучать умению вести диалог с педагогом: слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая говорящего взрослого. Напоминать детям о необходимости говорить «спасибо», «здравствуйте», «до свидания», «спокойной ночи» (в семье, группе). Помогать доброжелательно общаться друг с другом. Формировать потребность делиться своими впечатлениями с воспитателями и родителями.</p> <p>Совершенствовать речь как средство общения. Выяснять, что дети хотели бы увидеть своими глазами, о чем хотели бы узнать, в какие настольные спортивные игры хотели бы научиться играть.</p> <p>Уточнять высказывания детей, помогать им, более точно характеризовать объект, ситуацию; учить высказывать предположения и делать простейшие выводы, излагать свои мысли понятно для окружающих. Продолжать формировать умение отстаивать свою точку зрения. Помогать осваивать формы речевого этикета.</p>
<p><i>Художественно-эстетическое воспитание в физическом развитии</i></p>	<p><i>Все группы ДОУ</i></p>	<p><b>«Музыкально-ритмические движения»</b></p> <p><b><i>Развитие детского музыкально-художественного творчества, реализация самостоятельной творческой деятельности детей; удовлетворение потребности в самовыражении.</i></b></p> <p>Учить двигаться в соответствии с двухчастной формой музыки и силой ее звучания (громко, тихо); реагировать на начало звучания музыки и ее окончание. Совершенствовать навыки основных движений (ходьба и бег). Учить маршировать вместе со всеми и индивидуально, бегать легко, в умеренном и быстром темпе под музыку. Улучшать качество исполнения танцевальных движений: притопывать попеременно двумя ногами и одной ногой. Развивать умение кружиться в парах, выполнять прямой</p>

		галоп, двигаться под музыку ритмично и согласно темпу и характеру музыкального произведения с предметами, игрушками и без них. Способствовать развитию навыков выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов в образно-игровых упражнениях.
--	--	--

## 2.2. Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Периодичность	Ответственный
<b>I. МОНИТОРИНГ</b>			
1.1	Определение уровня физического развития.	2 раза в год (в сентябре и мае)	Медсестра /инструктор
1.2	Педагогический анализ овладения ОВД	2 раза в год (в октябре и мае)	Инструктор ФК
1.3	Системный анализ усвоения детьми программного материала	ежедневно	Инструктор ФК
<b>II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>			
2.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели групп
2.2	Занятия физкультурой с элементами корригирующей гимнастики	2 раза в неделю в зале 1 раз в нед. на улице	Инструктор по физкультуре, воспитатели
2.3	Подвижные игры и спорт. упражнения на прогулках, индивидуальная работа	2 раза в день	Воспитатели групп
2.4	Бодрящая гимнастика после дневного сна	Ежедневно	Воспитатели групп
2.5	Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Инструктор ФК
2.6	Физкультурные праздники	2 раза в год	Инструктор, воспитатели, музыкальный
<b>III. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ И ВОСПИТАТЕЛЯМИ</b>			
3.1	Участие в семинарах, педсоветах, работа с ЭОР	В течение года (по плану)	Инструктор ФК
3.2	Участие в родительских собраниях	В течение года (по запросу)	Инструктор ФК
3.3	Информирование о развитии ОВД	Постоянно	Инструктор ФК
3.4	Консультации, беседы	В течение года	Инструктор ФК
3.5	Совместные спортивные праздники и развлечения	В течение года (по плану)	Инструктор ФК, воспитатели.

### 2.3. Психолого-педагогическое содержание работы образовательной области «Физическое развитие»

<p><b><i>Занятия по физическому развитию</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- занятия: игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи), контрольно-диагностические;</li> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- бодрящая гимнастика после сна;</li> <li>- физкультминутки: игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок;</li> <li>- индивидуальная работа с детьми;</li> <li>- кружковая работа;</li> <li>- физкультурные развлечения;</li> <li>- спортивные праздники;</li> </ul>
<p><b><i>Совместная образовательная деятельность в режиме дня</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- беседы о пользе занятий физкультурой, необходимости соблюдать правила поведения в различных ситуациях;</li> <li>- воспитание КГН, закаливание естественными силами природы;</li> <li>- организация подвижных игр на прогулках в соответствии с методическими требованиями и возрастными особенностями детей;</li> <li>- рассматривание иллюстраций, чтение художественной литературы о ЗОЖ;</li> </ul>
<p><b><i>Самостоятельная деятельность детей</i></b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельная двигательная и игровая деятельность детей;</li> <li>- игры с двигательными игрушками и элементы спортивных упражнений на свежем воздухе (катание на санках, велосипеде и пр.)</li> </ul>

## 2.4. Направления физкультурно-оздоровительной работы

1	<b>Создание условий</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организация предметно-пространственной, здоровьесберегающей среды;</li> <li>- обеспечение благоприятного течения адаптации;</li> <li>- соблюдение санитарно-гигиенических норм;</li> <li>- соблюдение режима дня группы;</li> <li>- обеспечение наличия оборудования и спортивного инвентаря для развития ОВД, физических качеств;</li> </ul>
2	<b>Организационно-методическая работа</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления среди детей, родителей и педагогов: оформление информационных стендов, подготовка консультаций и рекомендаций, создание презентаций с использованием ИКТ;</li> <li>- изучение и внедрение в работу методик и технологий, направленных на оздоровление;</li> <li>- систематическое повышение квалификации, участие в методических объединениях инструкторов по физкультуре;</li> <li>- составление планов, проектов физкультурно-оздоровительной работы;</li> <li>- организация педагогического мониторинга физического развития детей;</li> </ul>
3	<b>Занятия</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- занятия по физическому развитию;</li> <li>- совместная образовательная деятельность с детьми в режиме дня;</li> <li>- самостоятельная деятельность детей;</li> </ul>
4	<b>Профилактическая работа с детьми</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- предупреждение острых респираторных заболеваний методами профилактики;</li> <li>- закаливающие мероприятия с использованием естественных природных факторов (солнце, воздух, вода);</li> <li>- облегчённая одежда детей;</li> <li>- сквозное проветривание помещений в отсутствие детей;</li> <li>- профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;</li> </ul>
5	<b>Работа с родителями</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- участие в родительских собраниях;</li> <li>- проведение консультаций по запросу;</li> <li>- индивидуальные беседы с родителями;</li> <li>- информирование родителей о ходе овладения детьми ОВД (оформление стендов, подготовка рекомендаций);</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- привлечение родителей к участию в спортивных праздниках;</li> <li>- организация открытых занятий для родителей;</li> </ul>
6	<b>Взаимодействие с администрацией и педагогическим коллективом</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- информирование о ходе работы;</li> <li>- предоставление информации о педагогическом мониторинге;</li> <li>- консультации для воспитателей (по запросу);</li> <li>- участие в семинарах для молодых специалистов (по плану ГБДОУ);</li> <li>- участие в педагогических советах ГБДОУ;</li> </ul>
7	<b>Летняя оздоровительная кампания</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение инструктажа педагогам по организации спортивных и подвижных игр во время летнего периода;</li> <li>- организация НОД по физкультуре согласно плану ЛОК детского сада с максимальным пребыванием детей на свежем воздухе;</li> <li>- систематическое (1 раз в неделю) проведение спортивно-музыкальных праздников совместно с музыкальным руководителем: <ul style="list-style-type: none"> <li>* «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»</li> <li>* «В гости к сказке»</li> <li>* «Мой весёлый, звонкий мяч!»</li> <li>* «Летние забавы»</li> <li>* «Звонкое лето»</li> <li>* «Летние олимпийские игры»;</li> </ul> </li> <li>- информирование руководства и родителей о ходе физкультурно-оздоровительной работы в летний период;</li> </ul>

**2.5. Календарный план информационно-методической работы по физическому развитию с участниками педагогического процесса:**

<b>Месяц</b>	<b>Консультации/ родительские собрания</b>	<b>Дистанционное обучение/ работа с ЭОР</b>	<b>Информационный блок (оформление стендов, ведение сайтов)</b>
Сентябрь	1. Родительское собрание 2. Консультация для молодых педагогов «Утренняя гимнастика в детском саду»	1. Работа в программе дистанционного обучения «Classroom.Google»	1. Оформление информационных уголков и стендов (расписание занятий, график работы, рекомендации по адаптации) 2. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ
Октябрь	1. Консультация для педагогов «Организация бодрящей гимнастики» 2. Консультация для родителей «Физкультура в младшей группе»	1. «Classroom.Google» 2. Создание презентации к районным мастер-классам, открытым мероприятиям для родителей и педагогов (согласно плану ГБДОУ)	1. Оформление информационного стенда «Для вас, родители!» (рекомендации, освоение детьми ОВД, варианты п/ игр) 2. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ
Ноябрь	1. Консультация для родителей «Как создать уголок двигательной активности в домашних условиях»	1. «Classroom.Google» 2. Создание презентации «Развитие крупной и мелкой моторики на занятиях по физкультуре в детском саду»	1. Оформление информационного стенда «Вот мы, какие!» (фотовыставка детей всех групп в НОД по физкультуре) 2. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ
Декабрь	1. Индивидуальные консультации по запросам родителей (все группы) 2. Консультация для родителей «Особенности организации занятий по физкультуре в младшей группе»	1. «Classroom.Google» 2. Создание презентации «Зимние виды спорта»	1. Оформление информационного стенда на тему: «Зимние виды спорта» 2. Обновление информации на стенде «Для вас, родители!» 3. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ

<b>Месяц</b>	<b>Консультации/ родительские собрания</b>	<b>Дистанционное обучение/ работа с ЭОР</b>	<b>Информационный блок (оформление стендов, ведение сайта)</b>
Январь	1. Консультация для родителей «Утренняя гимнастика для малышей и её значение»	1. «Classroom.Google» 2. Создание презентаций к физкультурным досугам и спортивным праздникам (согласно примерному плану)	1. Оформление информационного стенда на тему: «Игры со снегом» 2. Обновление информации на стенде «Для вас, родители!» 3. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ
Февраль	1. Консультация для родителей «Значение подвижных игр для развития ребенка младшего возраста»	1. «Classroom.Google» 2. Участие в конкурсах ИКТ, разработка интерактивных частей занятий с использованием ЭОР	1. Обновление информации на стенде «Для вас, родители!» 2. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ
Март	1. Консультация для воспитателей «Как разнообразить корригирующую дорожку для бодрящей гимнастики нестандартным оборудованием»	1. «Classroom.Google» 2. Создание презентации «Мульт-спорт» (виды спорта в детских мультфильмах)	1. Оформление информационного стенда на тему: «Звёзды Российского спорта» 2. Обновление информации на стенде «Для вас, родители!» 3. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ
Апрель	1. Консультация для родителей «Правильная осанка»	1. «Classroom.Google» 2. Создание презентации «Летние виды спорта»	1. Оформление информационного стенда тема: «Спортивные сооружения» 2. Обновление информации на стенде «Для вас, родители!» 3. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ
Май	1. Родительские собрания (все группы-информирование о динамике развития ОВД, физических качеств) 2. Консультация для педагогов «Особенности организации прогулок в летний период»	1. «Classroom.Google» 2. Оформление результатов педагогического мониторинга в виде графиков и диаграмм	1. Оформление информационного стенда «Летние виды спорта» 2. Обновление информации на стенде «Для вас, родители!» 3. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ

<b>Месяц</b>	<b>Консультации/ родительские собрания</b>	<b>Дистанционное обучение/ работа с ЭОР</b>	<b>Информационный блок (оформление стендов, ведение сайта)</b>
Июнь, Июль, Август	1. Консультация для родителей «Закаливание естественными факторами природы» 2. Консультация для родителей «Как организовать прогулку с детьми»	1. Создание SMART презентаций для спортивно-музыкальных праздников согласно плану ЛОК ГБДОУ (на все группы) 2. Работа с ЭОР по корректировке и написанию программ на следующий учебный год.	1. Оформление информационного стенда «Виды закаливания» 2. Обновление информации на стенде «Для вас, родители!» 3. Ведение персонального сайта, пополнение видеоканала сайта ГБДОУ

## 2.6. Система педагогического мониторинга по физкультуре

В ГБДОУ №95 инструктор по физкультуре с целью выявления уровня освоения детьми ОВД и развития физических качеств детей разных возрастов использует систему педагогического мониторинга Ноткиной Н.А., Казьминой Л.И., Бойнович Н.Н. «Оценка физического и нервно – психического развития детей раннего и дошкольного возраста», которая включает в себя:

1. *скоростно-силовые качества*: прыжок в длину с места, бросок набивного мяча двумя руками из-за головы, метание легкого мяча или мешочка на дальность;
2. *скорость*: бег на дистанции 10 м., «челночный бег» 3X10 м;
3. *выносливость*: бег на дистанции 90, 120, 150м. (в зависимости от возраста детей);
4. *ловкость*: бег зигзагом, прыжки через скакалку;
5. *гибкость*: наклон туловища вперед на скамейке;
6. *работа с мячом*: подбрасывание и ловля, отбивание мяча одной рукой на месте и в движении;

Используемые в работе тесты и методики позволяют:

- 1) оценить различные стороны психомоторного развития детей;
- 2) увидеть динамику физического и моторного развития, становления координационных механизмов и процессов их управления;
- 3) использовать полученные данные в практической деятельности для корректировки направлений в работе.

Мониторинг проводится в течение нескольких дней 2 раза в год. Первичный – в конце сентября – начале октября, итоговый – в конце апреля – начале мая. Измерение физической подготовленности проводится инструктором по физическому воспитанию вместе с воспитателем. Все данные мониторинга с помощью таблиц переводятся в баллы (от 1 до 5) и заносятся в диагностические карты по каждой возрастной группе отдельно. Это позволяет провести анализ развития физических качеств и основных видов движений как индивидуально, так и для всей группы в целом, и на основе анализа полученной информации определить темпы прироста показателей психофизических качеств

## 2.7. Перспективный план занятий по физкультуре

### младшая группа

№	Программное содержание (2 младшая группа)	сентябрь				октябрь				ноябрь			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. Врассыпную в произвольном направлении	*	*										
	2. Врассыпную с изменением направления			*	*								
	3. Врассыпную с остановкой по сигналу					*	*						
	4. На носках (и.п.д. «мышки»), в чередовании с обычной ходьбой							*	*				
	5. На пятках (и.п.д. «цыплята»), в чередовании с обычной ходьбой									*	*		
	6. Обычным шагом в заданном направлении											*	*
Бег	1. Врассыпную в произвольном направлении	*	*										
	2. Врассыпную с изменением направления			*	*								
	3. Врассыпную оббегая предметы					*	*						
	4. Группой в заданном направлении							*	*				
	5. Группой за педагогом со сменой темпа									*	*		
	6. Группой за педагогом на носках											*	*
Равновесие	1. Пройти по прямой дорожке, шир.20-25см.	*											
	2. Пройти по извилистой дорожке, шириной 20-25см.			*									
	3. Пройти «змейкой» между кеглями					*							
	4. Пройти по гимнастической скамейке							*					
	5. Пройти по ребристой доске									*			
	6. Пройти по дорожке, перешагивая через кубики 5 см											*	
Прыжки	1. Прыгать на 2 ногах на месте		*										
	2. Прыгать на 2 ногах с продвижением вперед (2-3 м)				*								
	3. Спрыгивать с высоты (10-15см.), мягко приземляясь на полусогнутые ноги						*						
	4. Прыгать на 2 ногах вокруг игрушки								*				
	5. Перепрыгивать на 2 ногах через линию (2-3 раза)										*		
	6. Прыгать на 2 ногах из обруча и в обруч												*
Катание, бросание, метание	1. Прокатывать мяч друг другу (расстояние 1.5 м.), сидя на полу, ноги врозь	*											
	2. Прокатывать мяч друг другу в ворота (выс.-50-60см.), стоя, ноги врозь			*									
	3. Прокатывать мячи между предметами					*							
	4. Бросать мяч об пол и ловить его 2 руками							*					
	5. Перебрасывать мяч друг другу и ловить его 2 руками									*			
	6. Метать вдаль маленькие мячи поочередно правой и левой рукой											*	
Лазание	1. Ползание с опорой на колени и ладони под 3-4 дугами подряд.		*										
	2. Ползать на четвереньках между предметами «змейкой»				*								
	3. Ползать опираясь на ступни и ладони						*						
	4. Подлезать под шнур, верёвку							*					
	5. Подлезать поочередно под 2-3 дуги									*			
	6. Ходить приставным шагом по нижней рейке гимнастической стенке												*

№	Программное содержание (2 младшая группа)	декабрь				январь				февраль			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. Группой за педагогом по кругу	*						*					
	2. По кругу в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышки», «Цыплёнок»		*						*				
	3. Друг за другом по ориентирам			*						*			
	4. Парами друг за другом				*						*		
	5. Парами друг за другом с изменением направления					*						*	
	6. Друг за другом, перешагивая предметы, разложенные на полу						*						*
Бег	1. Группой за педагогом по кругу	*						*					
	2. По кругу друг за другом		*						*				
	3. Друг за другом оббегая предметы			*						*			
	4. По кругу, взявшись за руки				*						*		
	5. Друг за другом между двумя линиями					*						*	
	6. Друг за другом на носках со сменой темпа						*						*
Равновесие	1. Пройти по прямой дорожке, шир.20-25см., приставным шагом	*											
	2. Ходить, бегать враспынную между предметами			*									
	3. Пройти по доске лежащей на полу					*							
	4. Пройти по гимнастической скамейке							*					
	5. Пройти по наклонной доске (выс.20-30см)								*				
	6. С перешагиванием рейки лестницы лежащей на полу											*	
Прыжки	1. Прыгать на 2 ногах между предметами		*										
	2. Прыгать на 2 ногах с продвижением вперед (2-3 м)				*								
	3. Прыгать на 2 ногах из круга в круг						*						
	4. Прыгать на 2 ногах вокруг игрушки								*				
	5. Перепрыгивать на 2 ногах через шнур (d=3см) лежащий на полу (3-4 раза)										*		
	6. Запрыгивать на гимнастический мат (5см), и спрыгивать на полусогнутые ноги												*
Катание, бросание, метание	1. Прокатывать мяч по гимн. скамейке	*											
	2. Бросать мяч вдаль из-за головы			*									
	3. Метать мяч, мешочек в горизонтальную цель (обруч, корзина)					*							
	4. Бросать мяч об пол и ловить его 2 руками							*					
	5. Перебрасывать мяч через верёвку, сетку								*				
	6. Перебрасывать мяч друг другу и ловить его 2 руками											*	
Лазание	1. Ползание по гимнастической скамейке, с опорой на колени и ладони		*										
	2. Ползать на четвереньках по наклонной доске				*								
	3. Перелезть через бревно					*							
	4. Лазать по наклонной лесенке							*					
	5. Лазать по гимнастической стенке произвольным способом (до 2-3 рейки)									*			
	6. Подлезать под дугу, шнур с опорой на колени и ладони												*

№	Программное содержание (2 младшая группа)	март				апрель				май			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышки», «Цыплёнок»	*						*					
	2. По кругу в чередовании с выполнением и.п.д. «Петушок», «Котёнок», «Заяц»		*						*				
	3. По кругу друг за другом, со сменой направления по сигналу			*						*			
	4. Друг за другом «змейкой»				*						*		
	5. Друг за другом с изменением направления					*						*	
	6. Приставным шагом вперед, в стороны						*						*
Бег	1. В колонне с остановками, меняя направление	*						*					
	2. В колонне, меняя направление по сигналу		*						*				
	3. Друг за другом «змейкой»			*						*			
	4. По кругу взявшись за руки				*						*		
	5. В быстром темпе (10-15м.)					*						*	
	6. Непрерывно в течении 1 мин.						*						*
Равновесие	1. Пройти, пробежать по линии	*											
	2. Пройти по прямой дорожке, шир.15см.,			*									
	3. Пройти по бревну, свободно балансируя руками					*							
	4. Пройти по извилистой дорожке, шириной 15 см.							*					
	5. Медленно кружиться в обе стороны									*			
	6. Пройти по дорожке, перешагивая через кубики высотой 5 см.											*	
Прыжки	1. Прыгать на 2 ногах на месте, с продвижением вперед (на 2-3 м.)		*										
	2. Перепрыгивать на 2 ногах поочередно через 4-6 шнуров (расстояние 15-20см)				*								
	3. Перепрыгивать на через канат (d=3см)						*						
	4. Перепрыгивать через доску – 10см.								*				
	5. Прыгать вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка										*		
	6. Прыгать в длину с места (40см.)												*
Катание, бросание,	1. Бросать мяч в горизонтальную цель от груди 2 руками	*											
	2. Метать мяч в горизонтальную цель			*									
	3. Метание мяча в вертикальную цель (1.3м)					*							
	4. Подбрасывать мяч и ловить его 2 руками							*					
	5. Бросать мяч об пол и ловить его 2 руками									*			
	6. Бросать мяч в обруч, на уровне глаз (p-1.5)											*	
Лазание	1. Подлезание под 3-4 дуги правым и левым боком не касаясь пола		*										
	2. Ползать через 3-4 обруча, поставленных в ряд вертикально				*								
	3. Ползать опираясь на ступни и ладони						*						
	4. Подлезать под шнур, верёвку не касаясь руками пола								*				
	5. Лазать по 1 рейке гимнастической стенки переходя с пролёта на пролёт										*		
	6. Лазать по наклонной лесенке												*

## 2.7.2. Средняя группа

№	Программное содержание (средняя группа)	сентябрь				октябрь				ноябрь			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом в чередовании и.п.д. «Мышка», «Цыплёнок», «Медведь»	*						*					
	2. По кругу согласовывая движения рук, ног		*						*				
	3. По кругу, с сменой направления по сигналу			*						*			
	4. По кругу мелким и широким шагом				*						*		
	5. По кругу со сменой ведущего					*						*	
	6. «Змейкой» между предметами						*						*
Бег	1. В колонне, оббегая площадку полностью	*						*					
	2. По кругу с согласованием рук и ног		*						*				
	3. По кругу с изменением направления по сигналу			*						*			
	4. По кругу мелким и широким шагом				*						*		
	5. По кругу с остановкой по сигналу					*						*	
	6. «Змейкой» между предметами						*						*
Равновесие	1. Пройти между линиями, шир.10-15см.	*											
	2. Пройти по верёвке (d-1.5-3см. ), руки в стороны			*									
	3. Пройти по ребристой доске					*							
	4. Пройти по гимнастической скамейке с игрушкой в руках							*					
	5. Пройти по гимн. скамейке перешагнув через кубик (7см.) лежащий посередине её									*			
	6. Кружиться в обе стороны (руки на поясе, руки в стороны)											*	
Прыжки	1. Прыгать на 2 ногах через линию		*										
	2. Прыгать в длину с места на мягкое покр.				*								
	3. Спрыгивать на мат с высоты (15-20см.), мягко приземляясь на полусогнутые ноги							*					
	4. Прыгать на 2 ногах через мягкий кубик								*				
	5. Прыгать на 2 ногах на месте, с продвижением вперёд										*		
	6. Прыгать ноги вместе-ноги врозь												*
Катание, бросание, метание	1. Прокатывать мяч друг другу в ворота	*											
	2. Прокатывать обруч друг другу			*									
	3. Бросать мяч вверх и ловить его двумя руками					*							
	4. Перебрасывать мяч друг другу от груди и ловить его 2 руками							*					
	5. Перебрасывать мяч друг другу из за головы через верёвку и ловить его 2 руками									*			
	6. Метать в горизонтальную цель											*	
Лазание	1. Ползание на четвереньках по прямой		*										
	2. Ползать на четвереньках между предметами «змейкой»				*								
	3. Ползать на четвереньках по доске						*						
	4. Подлезать под дугу (h-50см) правым и левым боком								*				
	5. Подлезать в вертик. поставленные обручи									*			
	6. Лазать по гимнастической стенке произвольным способом												*

№	Программное содержание (средняя группа)	декабрь				январь				февраль			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом в чередовании и.п.д. «Петушок», «Лиса», «Птица»	*						*					
	2. По кругу с различным положением рук (на поясе, за спиной, в стороны)		*						*				
	3. По кругу перешагивая через предметы			*						*			
	4. По кругу приставными шагами				*						*		
	5. По кругу в чередовании с прыжками					*						*	
	6. По кругу, с сменой направления по сигналу						*						*
Бег	1. Парами в колонне, оббегая зал полностью	*						*					
	2. С различными положениями рук		*						*				
	3. Друг за другом перешагивая через предметы			*						*			
	4. По кругу, мелким и широким шагом				*						*		
	5. По кругу чередуя бег с прыжками					*						*	
	6. Друг за другом со сменой направления						*						*
Равновесие	1. Пройти по прямой линии с мешочком на голове	*											
	2. Пройти по наклонной доске, руки в стороны, на поясе (выс.20-30см)			*									
	3. Пройти по прямой перешагивая подряд через 5-6 кубиков					*							
	4. Пройти по гимнастической скамейке, перешагивая через 5-6 кубиков							*					
	5. То же с опорой на колени									*			
	6. Стоять на 1 ноге, руки в стороны											*	
Прыжки	1. Прыгать на 2 ногах через 3-4 линии		*										
	2. Спрыгивать на мат с высоты 20-30см.				*								
	3. Прыгать в длину с места (50-70см.)						*						
	4. Прыгать поочеред. на правой и левой ноге								*				
	5. Прыгать на 2 ногах на месте, с поворотом										*		
	6. Прыгать на 2 ногах в разных направлениях (по кругу, змейкой)												*
Катание, бросание, метание	1. Прокатывать мяч, обруч «змейкой» между предметами	*											
	2. Бросать мяч об пол и ловить его 2 руками			*									
	3. Метать мяч, мешочек в горизонтальную цель (обруч, корзина)					*							
	4. Метать мяч, мешочек в вертикальн. цель							*					
	5. Прокатывать мяч, обруч по узкой дорожке (шир.-20см.)									*			
	6. Метать мяч, мешочек вдаль											*	
Лазание	1. Ползание по гимнастической скамейке, с опорой на колени и ладони		*										
	2. Ползание по гимнастической скамейке, с опорой на колени и предплечья				*								
	3. Перелезть через бревно						*						
	4. Переходить с пролёта на пролёт гимн. стенки на уровне 1-2 рейки								*				
	5. Подлезать под верёвку (h-50см) прямо									*			
	6. Ползать на четвереньках по наклон.доске												*

№	Программное содержание (средняя группа)	март				апрель				май			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом в чередовании с выполнением и.п.д. «Мышка», «Заяц», «Корова»	*						*					
	2. В колонне в заданном направлении		*					*					
	3. По кругу друг за другом, со сменой темпа по сигналу			*						*			
	4. В чередовании с бегом				*						*		
	5. По кругу друг за другом с сменой ведущего					*						*	
	6.С согласованием работы рук и ног						*						*
Бег	1. В колонне в заданном направлении	*						*					
	2. По кругу, меняя темп по сигналу		*					*					
	3. По кругу друг за другом с сменой ведущего			*						*			
	4. Оббегая предметы по прямой				*						*		
	5. В среднем темпе (40-60м.)					*						*	
	6. Челночный бег 3-5 раз по 5м.						*						*
Равновесие	1. Пройти по линии с поворотом кругом	*											
	2. Пройти по прямой перешагивая через гимн. палки, положенные подряд			*									
	3. Пройти по гимн. скамейке боком, приставным шагом					*							
	4. Пройти по гимн. скамейке прямо, приставным шагом							*					
	5. Пройти по скамейке на носках									*			
	6. Стоять на носках, руки в стороны											*	
Прыжки	1. Прыгать на 2 ногах на месте, с продвижен.		*										
	2. Перепрыгивать на 2 ногах поочередно через 4-5 шнуров (расстояние 40-50см)				*								
	3. Прыгать поочередно через 3-4 кубика						*						
	4. Прыгать в чередовании с ходьбой							*					
	5. Прыгать вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка										*		
	6. Прыгать через короткую скакалку												*
Катание, бросание, метание	1. Отбивать мяч об пол (5 раз)	*											
	2. Бросать мяч об пол и ловить его 2 руками			*									
	3. Подбрасывать мяч и ловить его 2 руками					*							
	4. Перебрасывать мяч в парах 2 руками из-за головы, через верёвку и ловить его 2 руками							*					
	5. Перебрасывать мяч в парах 2 руками от груди, снизу и ловить его 2 руками									*			
	6. Прокатывать мяч, обруч друг другу											*	
Лазание	1. Ползать по лежащей на полу верёвке, опираясь на колени и ладони		*										
	2. Ползать по скамье на животе, подтягиваясь руками				*								
	3. Лазать по гимн. стенке произвольным способом						*						
	4. Пролезать в обруч разными способами							*					
	5. Перелезть через гимн. скамейку									*			
	6. Ползать «змейкой» между предметами на четвереньках												*

### 2.7.3. Старшая группа

№	Программное содержание (старшая группа)	сентябрь				октябрь				ноябрь			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом в чередовании и.п.д. «Мышка», «Цыплёнок», «Медведь»	*						*					
	2. В колонне по одному в заданном направлении		*						*				
	3. Приставным шагом вправо и влево			*						*			
	4. В колонне с выполнением заданий для рук				*						*		
	5. По кругу со сменой ведущего					*						*	
	6. «Змейкой» без ориентиров						*						*
Бег	1. В колонне, на носках	*						*					
	2. В колонне в заданном направлении		*						*				
	3. Приставным шагом вправо и влево			*						*			
	4. По кругу с высоким подниманием коленей				*						*		
	5. По кругу со сменой ведущего					*						*	
	6. В быстром темпе (8-10м)						*						*
Равновесие	1. Пройти по линии, с мешочком на ладони руки	*											
	2. Пройти по шнуру, с мешочком на ладони руки			*									
	3. Пройти прямо с мешочком на голове					*							
	4. Пройти по доске вперед и назад с поворотом							*					
	5. Пройти по гимн. скамейке, спуститься с неё									*			
	6. Стоять на носках, руки вверх											*	
Прыжки	1. Впрыгивать на мат(20см.), спрыгивать с высоты 30см		*										
	2. Прыгать в длину с места.				*								
	3. Прыгать через короткую скакалку						*						
	4. Прыгать на 2 ногах в чередовании с ходьбой								*				
	5. Прыгать на 2 ногах на месте, с продвижением вперёд										*		
	6. Прыгать на 1 ноге на месте												*
Катание, бросание, метание	1. Прокатывать мяч в заданном направлении до 5м	*											
	2. Прокатывать обруч друг другу			*									
	3. Бросать мяч вверх, вниз и ловить его двумя руками					*							
	4. Метать мешочки вдаль прав. и левой рукой							*					
	5. Перебрасывать мяч друг другу, из руки в руку									*			
	6. Метать вдаль мячи поочередно прав. и левой рукой											*	
Лазание	1. Ползание по скамье на животе, подтяг. руками		*										
	2. Ползание на четвереньках «змейкой»				*								
	3. Переползание через препятствие (скамья, бревно)						*						
	4. Подлезать под дугу (h-40см) правым и левым боком								*				
	5. Подлезать в обруч разными способами										*		
	6. Лазать по гимнастической стенке с переходом с пролёта на пролёт												*

№	Программное содержание (старшая группа)	декабрь				январь				февраль			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом в чередовании и.п.д. «Аист», «Лошадка», «Паучок»	*						*					
	2. В колонне по 1, по 2 в заданном направлении		*						*				
	3. По кругу со сменой темпа			*						*			
	4. В полу приседе, перекатом с пятки на носок				*						*		
	5. Перешагивая через кубики, палки, обручи					*						*	
	6. По кругу, с поворотами по сигналу						*						*
Бег	1. Оббегая предметы мелким и широким шагом	*						*					
	2. В колонне по 1, 2 в заданном направлении		*						*				
	3. Друг за другом со сменой темпа			*						*			
	4. С поворотами по сигналу				*						*		
	5. Непрерывный бег 1-1.5мин.					*						*	
	6. С перестроением на бегу в пары, звенья						*						*
Равновесие	1. Разойтись вдвоём на доске лежащей на полу	*											
	2. Вбегать и сбегать по наклонной доске			*									
	3. Перешагивать через 5-6 палок на высоте 20 см.					*							
	4. Пройти по ребристой доске на носках							*					
	5. Стоять на 1 ноге, руки вверх, колено вперёд									*			
	6. Стоять на 1 ноге, руки вверх, колено в сторону											*	
Прыжки	1. Прыгать на 2 ногах через 4-6 линий		*										
	2. Перепрыгивать 4-5 предм. на 2 ногах (h-15см.)				*								
	3. Прыгать в длину с разбега						*						
	4. Прыгать на 1 ноге на месте и спрдвижением								*				
	5. Прыгать со сменой положения ног (скрестно)										*		
	6. Прыгать в высоту через предметы 30см.												*
Катание, бросание, метание	1. Прокатывать мяч по гимнастической скамейке	*											
	2. Бросать мяч вверх, вниз и ловить его 2 руками			*									
	3. Метать мяч, мешочек в горизонтальную цель с расстояния 3-5м.(обруч, корзина)						*						
	4. Бросать мяч вверх и ловить его 1 рукой							*					
	5. Прокатывать мяч по узкой дорожке (шир.-20см.)									*			
	6. Перебрасывать мяч из одной руки в другую											*	
Лазание	1. Ползание по наклонной доске вверх и вниз		*										
	2. Ползание по гимнастической скамейке, с опорой на колени и предплечья				*								
	3. Перелезть через несколько препятствий						*						
	4. Лазать по гимнастической стенке с изменением темпа							*					
	5. Подлезать в обруч различными способами									*			
	6. Ползать на четвереньках с одновременным толканием мяча головой перед собой												*

№	Программное содержание (старшая группа)	март				апрель				май			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом в чередовании с выполнением и.п.д. «Пингвин», «Разведчик»,	*						*					
	2. В колонне по 2, 3 - в заданном направлении		*						*				
	3. Друг за другом, с выполнением заданий			*						*			
	4. Гимнастическим шагом, не сгибая колени				*						*		
	5. Выполняя движения с предметами (мяч, лента)					*						*	
	6.С закрытыми глазами 3-4м.						*						*
Бег	1. В колонне в чередовании с и.п.д. «Обезьянка»	*						*					
	2. . В колонне по 2, 3 - в заданном направлении		*						*				
	3. . Приставным шагом вправо и влево			*						*			
	4. «Змейкой» оббегая предметы				*						*		
	5. Пробегать под длинной крутящейся скакалкой					*						*	
	6. Челночный бег 3 раза по 8-10м.						*						*
Равновесие	1. Перешагивать 5-6 кубов, набивных мячей	*											
	2. Пройти по скамье гимнастическим шагом			*									
	3. Ходьба по скамье- ногу с носка, руки в стороны					*							
	4. Пройти по скамье перешагивая через предметы							*					
	5. Встать на скамью после бега									*			
	6.Кружиться на месте в одну и другую сторону											*	
Прыжки	1.Прыгать на 2 ногах боком, через канат		*										
	2. Прыгать в высоту с разбега				*								
	3. Прыгать через короткую, длинную скакалку						*						
	4.Прыгать на 1 ноге на месте, с продвижением								*				
	5. Прыгать с ноги на ногу на месте, с провижен.										*		
	6. Прыгать в длину с места и с разбега												*
Катание, бросание, метание	1. Прокатывать мячи с помощью палочек	*											
	2. Бросать мяч вверх, вниз ловить его 2 руками			*									
	3.Бросать мяч вверх и ловить его 2 рук. с хлопком					*							
	4. Метать мяч, мешочек в горизонтальную цель с расстояния 3-5м.(обруч, корзина)								*				
	5. Перебрасывать мяч в парах разными способами									*			
	6.Подбрасывать и ловить мяч 1 рукой											*	
Лазание	1. Ползать на четвереньках по скамейке назад		*										
	2. Ползать на четвереньках «змейкой» в чередовании с ходьбой, бегом				*								
	3. Лазать по гимн. стенке произвольным способом, переходя с пролёта на пролёт						*						
	4. Ползать по гимнастической скамейке на животе								*				
	5. Перелезть между рейками лестницы поставленной на бок										*		
	6.Ползать «змейкой» между предметами на четвереньках												*

### 2.7.4. Подготовительная группа

№	Программное содержание (подготовительная группа)	сентябрь				октябрь				ноябрь			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. В колонне с выполнением и.п.д. «Мышка», «Цыплёнок», «Медведь», «Утёнок»	*						*					
	2. В колонне по 2, 3 в заданном направлении		*						*				
	3. По кругу приставным шагом вправо и влево			*						*			
	4. В колонне скрестным шагом				*						*		
	5. В колонне со сменой темпа					*						*	
	6. По прямой лицом и спиной вперёд						*						*
Бег	1. В колонне, на носках, с захлестом назад	*						*					
	2. В колонне с различным положением рук		*						*				
	3. Приставным шагом вправо и влево по кругу			*						*			
	4. В колонне боком скрестным шагом				*						*		
	5. Непрерывно до 2-3 мин.					*						*	
	6. Челночный бег 3-4 раза по 8-10м.						*						*
Равновесие	1. Пройти по верёвке, канату, прямо и боком	*											
	2. Пройти по шнуру, с мешочком на ладони руки			*									
	3. Пройти по скамейке поднимая прямые ноги с хлопком					*							
	4. Пройти по узкой части скамейки прямо							*					
	5. Пройти по гимн. скамейке, приставным шагом									*			
	6. Стоять на 1 ноге, руки в стороны											*	
Прыжки	1. На 2 ногах боком через шнур, канат		*										
	2. Прыгать через длинную скакалку				*								
	3. Прыгать через короткую скакалку						*						
	4. На 2 ногах: ноги скрестно-врозь, вперёд-назад								*				
	5. Прыгать на 2 ногах с зажатым между ног мешочком										*		
	6. Прыгать вверх из глубокого приседа												*
Катание, метание	1. Перебрасывать мяч друг другу разными способами	*											
	2. Метать мяч в даль			*									
	3. Отбивать мяч правой и левой рукой					*							
	4. Ведение мяча правой и левой рукой							*					
	5. Перебрасывать мяч друг другу, через сетку									*			
	6. Отбивание мяча с хлопком, поворотом											*	
Лазание	1. Ползание по скамье на животе, подтягиваясь руками		*										
	2. Ползание по скамье на четвереньках				*								
	3. Ползание по скамье на спине подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами						*						
	4. Подлезать под 3-4 дуги подряд (h-40см)								*				
	5. Пролезать в обруч разными способами										*		
	6. Лазать по гимнастической стенке												*

№	Программное содержание (подготовительная группа)	декабрь				январь				февраль			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. По кругу друг за другом с выполнением и.п.д. «Балерина», «Белка», «Лягушка»	*						*					
	2. В колонне по 1, 2, 3 с поворотами		*						*				
	3. По кругу с высоким подниманием колен, широким шагом			*						*			
	4. В колонне лицом вперёд, назад				*						*		
	5. С ритмическим притопыванием под музыку					*						*	
	6. По кругу, с поворотами по сигналу						*						*
Бег	1. По кругу выбрасывая вперёд прямые ноги	*						*					
	2. В колонне с различным положением рук		*						*				
	3. Перепрыгивая через набивные мячи (h-10-15с)			*						*			
	4. В быстром темпе 20м 2-3 раза с перерывами				*						*		
	5. В колонне с поворотами по сигналу					*						*	
	6. С высоким подниманием колен, широким шагом						*						*
Равновесие	1. Пройти по веревке с остановкой и поворотом	*											
	2. Пройти по скамье с остановкой и поворотом			*									
	3. Пройти по скамье с перешагиванием предметов					*							
	4. Пройти по скамье с мешочком на голове							*					
	5. Пройти по узкой части скамейки боком									*			
	6. Кружиться на месте с закрытыми глазами											*	
Прыжки	1. Через короткую скакалку разными способами		*										
	2. Прыгать через длинную скакалку				*								
	3. Прыгать через большой обруч						*						
	4. Впрыгивать на мягкое покрытие 2 ногами -20см								*				
	5. Спрыгивать с выс.30см. на мат										*		
	6. Прыгать в высоту с разбега												*
Катание, бросание, метание	1. Вести мяч в разных направлениях 1 рукой	*											
	2. Бросать мяч вверх, вниз и ловить его 2 руками			*									
	3. Метать мяч, мешочек в горизонтальную цель с расстояния 3-5м.(обруч, корзина)						*						
	4. Перебрасывать друг другу набивной мяч (1 кг.)							*					
	5. Метать мячи, мешочки в движущуюся мишень									*			
	6. Метать мяч, мешочек в вертикальную цель											*	
Лазание	1. По гимнастической стенке с переходом с пролёта на пролёт		*										
	2. По гимнастической стенке с изменением темпа				*								
	3. Подлезть под дугами прямо и боком (35-50см.)						*						
	4. Сидя на полу, продвигаться вперёд без помощи рук								*				
	5. Ползать по бревну с опорой на кисти и стопы ног										*		
	6. Подлезать под гимнастическую скамейку разными способами												*

№	Программное содержание (подготовительная группа)	март				апрель				май			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Ходьба	1. В колонне с выполнением и.п.д. «Мышка», «Медведь», «Машина», «Крокодил»	*						*					
	2. В колонне по 1, 2, 3 с поворотами		*						*				
	3. В колонне в приседе и полу приседе			*						*			
	4. В колонне с выпадами вперёд, перекатом с пятки на носок				*						*		
	5. С поворотом, приседанием, остановкой					*						*	
	6. Чередуя с прыжками и бегом						*						*
Бег	1. По кругу с и.п.д. «Тигр и лев», приставным шагом	*						*					
	2. В колонне по диагонали, спиной вперёд		*						*				
	3. С перепрыгивание через линии в колонне			*						*			
	4. В чередовании с ходьбой, прыжками				*						*		
	5. На носках, сильно сгибая колени назад					*						*	
	6. Челночный бег 3-4 раза по 8-10м.						*						*
Равновесие	1. Продвигаться по верёвке прыжками на 2 ногах	*											
	2. Продвигаться по скамье прыжками на 2 ногах			*									
	3. Продвигаться прыжками по наклонной доске					*							
	4. Пройти по скамье спиной вперёд							*					
	5. Стоять на скамье на носочках									*			
	6. Стоять на набивном мяче (страховка)											*	
Прыжки	1. Прыгать в длину с места		*										
	2. Прыгать в длину с разбега				*								
	3. Прыгать в высоту с разбега						*						
	4. Впрыгивать на мягкое покрытие 20см. 2 ногами								*				
	5. Вверх из глубокого приседа с продвижением										*		
	6. Прыгать через большой обруч												*
Катание, метание бросание	1. Метать мешочки вдаль правой и левой рукой	*											
	2. Катать мяч ногой между предметами			*									
	3. Бросать набивной мяч от груди, снизу, от плеча					*							
	4. Бросать мяч в парах разн. способами на месте							*					
	5. Бросать мяч в парах разн. способами в движении									*			
	6. Ведение мяча 1 рукой в разных направлениях											*	
Лазание	1. Лазать по гимн.стенке одноимённым способом		*										
	2. Лазать по гимн.стенке разноимённым способом				*								
	3. Ползать по скамье на спине подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами						*						
	4. Ползать по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками								*				
	5. Ползать по скамье на спине подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами									*			
	6. Лазать по канату на доступную высоту (страховка)												*

## 2.8. Календарное планирование занятий

младшая группа

СЕНТЯБРЬ

Млад.	Строевые упр. (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание.	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.врассыпную 2.В круг	1.Обычная 2.Со сменой направления	1. Врассыпную 2.Медленный 30 сек.	1.Подлезание на четвереньках под дугой (высота 50см.)		1.Катание мяча в произвольном направлении, в парах	1.Ходьба по дорожке шириной 20 см
2 неделя.	1.врассыпную 2.В круг	1.В чередовании с бегом врассыпную 2. Обычная	1.В чередовании с ходьбой 2.Медленный 30сек		1.Спрыгивание с высоты 5-10см. на мягкое покрытие	1.Катание мяча в произвольном направлении, в парах 2.Метание мячков вдаль	1.Ходьба по дорожке шириной 20 см
3 неделя.	1.врассыпную 2.В круг	1.Обычная 2.Со сменой направления	1.В колонне за воспитателем с изменением направления (змейкой) 2.Медленный 30с.		1.С продвижением	1.Катание мяча друг другу в парах(2.5м.) 2.Подбрасывание и ловля мяча 2 руками снизу 3.Метание мяча вдаль 2 руками из-за головы	
4 неделя.	1.врассыпную 2.В круг	1.С высоким подниманием колена 2.На носках	1.В прямом направлении с ускорением 2.Медленный 30сек.	1.Лазанье по г. стенке до 1 м.	1. На месте на 2 ногах	1.Метание мяча в корзину снизу 2 руками (1 м.)	

**Игры:** «Вышла курочка гулять», «Наседка и цыплята», «Найди пару», «Делай как я», «Лягушки», «Пузырь», «Зайцы и волк», «Звонкий мяч»

**ОКТАБРЬ**

<b>Млад.</b>	<b>Строевые упражнения</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание.</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1.В круг 2.Парами 3. В колонну	1.Врассыпную с изменением темпа 2.Ускоренная	1.Врассыпную, не наталкиваясь 2. Медленный 35 сек		1. На месте	1.Метание мячей в корзину (1.5м.) 2.Бросание мяча о пол и ловля его 3.Катание мяча в парах (S=2м.)	
<b>2 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг 4.Повороты	1.Обычная 2.С перешагиванием 3. Ускоренная	1.Врассыпную оббегая предметы 2. Медленный 35 сек			1.Подбрасывание мяча вверх и вниз, и ловля его 2 руками 2.Перебрасывание мяча 2 руками снизу в парах (S=1м.)	1. Ходьба по канату приставным шагом
<b>3 неделя.</b>	1.Врассыпную 2.В колонну 3.Парами 4.Повороты	1Врассыпную 2.перешагивание м через предметы 3. Обычная 4.Ускоренная	1.Врассыпную оббегая предметы 2. Медленный 35 сек		2.Спрыгивание с высоты 10см.	1.Перебрасывание 2 руками снизу в парах (S=1м.) 2.Отбивание мяча о землю	1. Кружение в медленном темпе
<b>4 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3.Повороты	1. Обычная 2. На носках 3. Ускоренная	1.В прямом направлении с ускорением 2. Медленный 35 сек		1.Перепрыгивание через набивные мячи, разводя ноги в стороны (3шт.) 2. Прыжки на 2 ногах через косички, лежащие на полу (2-3 шт.)		1.Ходьба по г. скамье, перешагивая через мешочки

**Игры:** «Звонкий мяч», «Пройди тихо», «По ровненькой дорожке», «Мы топая ногами», «Лови – бросай, упасть не давай», «Лохматый пёс», «Весёлый бубен», «Пузырь», «Найди предмет»;

## НОЯБРЬ

Млад.	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание.	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.Повороты 4. В круг	1. Обычная 2. С высоким подниманием коленей 3Врассыпную	1. Врассыпную 2. Медленный 35сек	1.Лазанье по гимнастической лестнице	1. Прыжки с продвижением, через кубики высотой 3см.		1.Ходьба по ограниченной поверхности
2 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.Повороты 4. В круг	1. Обычная 2. С высоким подниманием коленей 3.Ускоренная	1. Врассыпную 2. Медленный 35сек	1.Лазанье по гимнастической лестнице с переходом на уровне 2 ступ.	1.Перепрыгивание через набивные мячи, разводя ноги в стороны		1. Ходьба по скамье, перешагивая через кирпичики
3 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.Парами 4. В круг	1.Со сменой направления 2.На носках 3По коригир. дорожкам 4Ускоренная	1.Врассыпную 2. Медленный 40 сек	1. Перелезание через препятствие на четвереньках	1. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед	Перебрасывание мяча снизу двумя руками в парах (S=0.7-1м.)	1.Ходьба по ограниченной поверхности приставными шагами
4 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг	1. По кругу, взявшись за руки в обе стороны с остановкой по сигналу 2.Ускоренная	1.Со сменой направления по сигналу 2. Медленный 40 сек	1. Перелезание через набивное бревно 2.Ползание по скамье на животе с пом. воспитателя	1. Прыжки в высоту	1. Перебрасывание мяча друг другу стоя в кругу снизу двумя руками	1. Ходьба по скамье

**П/игры:** «Воробышки и кот», «По ровненькой дорожке», «Найди предмет», «Солнышко и дождик», «Мы топаем ногами», «Лохматый пёс», «Слушай сигнал!», «Лови – бросай, упасть не давай!», «1,2,3 – к предмету беги!»;

**ДЕКАБРЬ**

<b>мл</b>	<b>Строевые упражнения</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание.</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1.Врассыпную 2.В круг	1. Обычная 2. По корригирующим дорожкам 3. Ускоренная	1.По кругу взявшись за руки со сменой направления 2. Медленный 40 сек	1.Подлезание под дугу в группировке 2.Ползание по скамье на животе с помощью воспитателя		1. Перебрасывание мяча друг другу стоя в кругу (1м.)	1. Ходьба по ограниченной поверхности
<b>2 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг 4. Врассыпную	1Врассыпную 2. Обычная 3.Ускоренная	1.Врассыпную 2. Медленный 40 сек	1.Ползание по скамье на животе с пом. воспитателя 2.Лазанье по гимнастической лестнице	1. На 2 ногах с продвижением вперед	1. Метание в цель (S=1.5м.)	1. Перешагивание реек лестницы, лежащей на полу
<b>3 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг	1. На носках 2. С высоким подниманием коленей 3. Ускоренная	1. С остановкой по сигналу 2. Медленный 45 сек	1. Лазанье по лестнице-стремянке	1. На 2 ногах через плоские предметы (ш.15-20см.)	1.Бросание мяча об пол и его ловля (до 5 раз) 2.Метание мячиков в корзину (S=1.5-2м.)	1. Ходьба, перешагивая через рейки лестницы, лежащей на полу
<b>4 неделя.</b>	1.Врассыпную 2.В колонну 3. В круг	1. По кругу взявшись за руки 2. Врассыпную 3. Ускоренная	1.Со сменой направления 2. Медленный 45 сек	1.Ползание на четвереньках по прямой (S=4м.) с подлезанием под дугу	1. С продвижением 2. В высоту		1. Ходьба по ограниченной поверхности перешагивая через предметы

**П/игры:** «Лови – бросай, упасть не давай!», «Не заморозь!», «Найди предмет», «Догони меня», «Кто быстрее?», «Кот и мыши», «Пройди тихо», «Зайка серенький сидит»;

## ЯНВАРЬ

Млад.	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание.	Упражнения в равновесии
1 неделя.	<b>Праздничные дни</b>						
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг	1. Обычная 2. На носках 3. С высоким подниманием бедра 4. Ускоренная	1. С ускорением 2. Медленный 45 сек.		1. В высоту 2. Спрыгивание с высоты 15см. на мат	1. Отбивание мяча об пол двумя, и его ловля	1. Перешагивание через рейки лестницы лежащей на полу
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг	1. Обычная 2. Ускоренная 3 с приседаниями по сигналу	1. Враспынную 2. Медленный 45 сек			1. Катание обруча в прямом направлении 2. Подбрасывание мяча 2 руками вверх и его ловля 3. Метание мешочков в даль	
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Враспынную	1. Враспынную с приседаниями 2. Обычная 3. Ускоренная	1. Враспынную 2. Медленный 50 сек.	1. Лазанье по г. лестнице (1.5м.) 2. Ползание на четвереньках (5м.) с подлезанием под дугу	1. На 2 ногах с продвижением вперед		1. Ходьба «змейкой» между предметами 2. Ходьба по канату приставным шагом

**П/игры:** «Поймай снежинку», «Найди предмет», «Снежный хоровод», «Воробышки и автомобиль», «Пройди, не упади!», «Посмотри и повтори», «Береги предмет», «Кто ушел?»;

## ФЕВРАЛЬ

Млад	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание.	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В круг 2. Парами 3. В рассыпную 4. В колонну	1. Обычная 2. Ускоренная 3. Со сменой направления	1. В колонне оббегая предметы 2. Медленный 50 сек 3. С ускорением			1. Катание мяча по г. скамье 2. Катание мяча в парах 3. Метание мяча в цель 4. Бросание и ловля мяча 2 руками	
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг	1. Обычная 2. Ускоренная 3. Со сменой направления	1. В рассыпную 2. Медленный 50 сек	1. Ползание по скамье на животе 2. Лазанье по г. лестнице		1. Метание мешочков в даль	1. Ходьба по наклонной доске
3 неделя.	1. В круг 2. В колонну	1. Обычная 2. Ускоренная 3. На носках 4. С высоким подниманием бедра	1. Со сменой направления 2. Медленный 50 сек	1. Перелезание через набивное бревно	1. В высоту		1. Ходьба по ребристой доске 2. Кружение вокруг себя на носочках
4 неделя.	1. В круг 2. В колонну 3. Повороты	1. Обычная 2. С ускорением 3. С заданиями	1. В рассыпную 2. Медленный 55 сек 3. С ускорением	1. Лазанье по г. лестнице (1.5м.)	1. Спрыгивание с высоты 15см. 2. С продвижением	1. Катание мяча в прямом направлении до предмета	

**Игры:** «Собери мячи», «Звонкий мяч», «Цветные автомобили», «Догони мяч», «Птички в гнездышках», «Поймай лучик», «Найди предмет», «Карусель»;

**МАРТ**

<b>Млад.</b>	<b>Строевые упражнения</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание.</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1.Врассыпную 2.В колонну 3.В круг	1.Обычная 2.Врассыпную 3.Ускоренная	1.В колонне со сменой направления 2.Медленный 55 сек	1. Лазанье по г. стенке с переходом с пролета на пролет на 2 перекладине	1. В высоту	1.Катание мяча в прямом направлении 2.Отбивание мяча об пол и его ловля	
<b>2 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3. В круг	1. Обычная 2. На носках 3. В полу приседе 4.Ускоренная	1.Медленный 55 сек	1. Лазанье по г. стенке с переходом с пролета на пролет	1. В высоту	1. Подбрасывание мяча вверх и его ловля 2 руками	1. Ходьба по наклонной доске (в.30-35см.)
<b>3 неделя.</b>	1.В круг 2. В колонну 3. Врассыпную	1Врассыпную с приседаниями 2. Обычная 3Ускоренная	1Врассыпную 2.Медленный 55 сек		1. В длину через плоские предметы (ш.25-30см.) 2.Подпрыгивание вверх до предмета	1.Прокатывание мячей в заданном направлении	1. Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы
<b>4 неделя.</b>	1.В круг 2. В колонну 3. Врассыпную	1Врассыпную 2. Обычная 3.Ускоренная	1. Врассыпную 2. Медленный 55 сек	1. Лазанье по г. стенке 2. Ползание по скамье с перелезанием через косички	1. В длину через плоские предметы (ш.25-30см.) 2.Подпрыгивание вверх до предмета		<b>1.</b> Ходьба по наклонной доске (в.30-35см.)

**П/игры:** «Найди пару», «С кочки на кочку», «Лохматый пёс», «Пройди тихо», «Найди предмет», «Прокати и догони», «Мы топаяем ногами», «Поймай бабочку», «По ровненькой дорожке»;

## АПРЕЛЬ

Млад.	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание.	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.Парами	1. Обычная 2. На носках 3. В полу приседе 4. Ускоренная	1. Медленный 55 сек	3. Лазанье по г. стенке	1. В длину	1. Подбрасывание мяча вверх и его ловля (5р.) 2. Отбивание мяча об пол 3. Перебрасывание мяча в парах (2м.)	Ходьба по канату боком приставным шагом
2 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг 4.Парами	1. Обычная 2. Ускоренная	1. Враспынную 2. Медленный 1 мин.	1. Ползание по скамье на животе с помощью воспитателя	1. В длину	1. Подбрасывание мяча вверх и его ловля (5р.) 2. Отбивание мяча об пол 3. Перебрасывание мяча в парах (2м.)	
3 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3. В круг 4. Парами	1. Обычная 2. Ускоренная 3. Со сменой направления	1. Со сменой направления 2. Медленный 1 мин	1. Подлезание под дугу в группировке	1. Через набивные мячи, разводя ноги в стороны 2. С высоты 15-20см.		3. Ходьба по буму с опорой приставным шагом
4 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг 4.Парами	1. Обычная 2. Ускоренная 3. На носках 4. С высоким подниманием бедра 5. Со сменой направления	1. Медленный 1 мин	1. Ползание по скамье на животе с помощью воспитателя	1. В длину	1. Подбрасывание мяча вверх и его ловля (5р.) 2. Отбивание мяча об пол 3. Перебрасывание мяча в парах (2м.)	

**Игры:** «Лягушки», «Мы топаем ногами», «Лови – бросай, упасть не давай!», «Солнышко и дождик», «Воробышки и автомобиль», «Поймай воробья», «По ровненькой дорожке», «Ниточка за иголкой»;

МАЙ

Млад.	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание.	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг	1. На носках 2. Обычная 3. С ускорением	1.Со сменой направления 2.Быстрый 3.Медленный 1 мин	1. Ползание на четвереньках	1. В длину	1. Метание вдаль	
2 неделя.	1.В круг 2. В колонну	1.Со сменой направления 2.Врассыпную 3. Обычная 4С ускорением	1.Врассыпную 2.Быстрый 3.Медленный 1 мин	1. Лазанье по г. лестнице	1. Прямой и боковой галоп	1. Бросание мяча вверх и его ловля 2 руками	1.Ходьба по буму
3 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну	1. Обычная 2. Со сменой направления 3. Ускоренная	1Врассыпную 2.Медленный 1 мин			1.Катание обручей прямо 2.Бросание и ловля мяча после отскока от стены 3.Метание маленьких мячей вдаль	
4 неделя.	1.В круг 2.В колонну	1.Обычная 2Перешагивая предметы 3. Со сменой направления 4. Ускоренная	1.Оббегаая предметы 2.Медленный 1 мин			1.Катание обручей прямо 2.Бросание и ловля мяча после отскока от стены 3.Метание вдаль	1.Ходьба по канату приставным шагом

П/игры: «Котята и щенята», «Быстро возьми», «Береги предмет», «Лошадки», «Ровным кругом», «Пройди тихо», «Прокати и догони», «Угадай, кто позвал», «Кто дальше?», «С кочки на кочку»;

**ИЮНЬ**

<b>Млад.</b>	<b>Строевые упражнения</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание.</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1.Врассыпную 2.В колонну 3.В круг	1.Обычная 2.Врассыпную 3.Ускоренная	1.В колонне со сменой направления 2.Медленный 55 сек	1. Ползание на четвереньках под дугой	1. На месте на 2 ногах 2. Прыжки на 2 ногах с продвижением вперёд и назад	1.Катание мяча в прямом направлении	
<b>2 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3. В круг	1. Обычная 2. На носках 3. В полу приседе 4.Ускоренная	1.Медленный 55 сек	1. Ползание на четвереньках через тоннель 2. Ползание на четвереньках под дугой	1. . Прыжки на 2 ногах с продвижением вперёд и назад		1. Ходьба по наклонной доске (в.30-35см.)
<b>3 неделя.</b>	1.В круг 2. В колонну 3. Врассыпную	1Врассыпную с приседаниями 2. Обычная 3Ускоренная	1Врассыпную 2.Медленный 55 сек	1. Ползание на четвереньках под дугой	1. В длину через плоские предметы (ш.25-30см.)	1.Бросание и ловля мяча вверх 2 руками, не прижимая к себе	1. Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы
<b>4 неделя.</b>	1.В круг 2. В колонну 3. Врассыпную	1Врассыпную 2. Обычная 3.Ускоренная	1. Врассыпную 2. Медленный 55 сек	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками	1. Подпрыгивание на месте вверх до предмета	1.Бросание и ловля мяча вверх и вниз 2 руками, не прижимая к себе	

**П/игры:** «Посмотри и повтори», «Мы топая ногами», «Поймай капельку», «Солнышко и дождик», «Лохматый пёс», «Мишка - шалунишка», «Пройди тихо», «Волшебные превращения», «Звонкий мяч», «Ниточка за иголочкой»;

**ИЮЛЬ**

<b>Млад.</b>	<b>Строевые упражнения</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание.</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3.Парами	1. Обычная 2. На носках 3. В полу приседе 4. Ускоренная	1.Медленный 55 сек	1. Лазанье по г. стенке		1.Прокатывание мяча по скамье в прямом направлении 2.Подбрасывание мяча вверх и его ловля (5р.)	1. Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики
<b>2 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг 4.Парами	1. Обычная 2. Ускоренная	1.Врассыпную 2. Медленный 1 мин.	1. Лазанье по г. стенке	1. В высоту, до предмета	1.Подбрасывание мяча вверх и вниз, и его ловля 2 рукам (5р.)	1. Ходьба по ребристой доске
<b>3 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3. В круг 4. Парами	1. Обычная 2. Ускоренная 3. Со сменой направления	1. Со сменой направления 2. Медленный 1 мин			1.Подбрасывание мяча вверх и его ловля (5р.) 2.Метание мяча в корзину двумя руками снизу 3. Прокатывание мяча «змейкой» между конусов	1. Ходьба по ребристой доске
<b>4 неделя.</b>	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг 4.Парами	1. Обычная 2.Ускоренная 3. На носках 4. С высоким подниманием бедра 5. Со сменой направления	1. Медленный 1 мин	1. Лазанье по г. стенке	1. В высоту, до предмета		1. Ходьба по буму с опорой о стену приставным шагом 2. Ходьба с высоким подниманием колен, перешагивая через кубики

**Игры:** «Пузырь», «Здравствуй, друг!», «Найди пару», «Ёлочка, замри!», «Лови – бросай, упасть не давай!», «Лошадки». «Лягушки и цапля», «Найди свой цвет»;

**АВГУСТ**

Млад.	Строевые упражнения	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание.	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну 3.В круг	1. На носках 2. Обычная 3. С ускорением	1.Со сменой направления 2.Быстрый 3.Медленный 1 мин	1. Лазание на животе подтягиваясь руками по скамье	1. В высоту, до предмета на месте	1. Прокатывание обруча в прямом направлении	
2 неделя.	1.В круг 2. В колонну	1.Со сменой направления 2.Врассыпную 3. Обычная 4С ускорением	1.Врассыпную 2.Быстрый 3.Медленный 1 мин	1 Лазание на животе подтягиваясь руками по скамье	1. Прямой и боковой галоп		1.Ходьба по буму
3 неделя.	1.В шеренгу 2.В колонну	1. Обычная 2. Со сменой направления 3. Ускоренная	1Врассыпную 2.Медленный 1 мин	1. Ползание на четвереньках по скамье	1. Прыжки в длину	1.Бросание и ловля мяча после отскока от стены	
4 неделя.	1.В круг 2.В колонну	1.Обычная 2Перешагивая предметы 3. Со сменой направления 4. Ускоренная	1.Оббегая предметы 2.Медленный 1 мин			1.Бросание и ловля мяча после отскока от стены 2.Метание вдаль	

**П/игры:** «Котята и щенята», «Быстро возьми», «Береги предмет», «Лошадки», «Ровным кругом», «Пройди тихо», «Прокати и догони», «Угадай, кто позвал», «Кто дальше?», «С кочки на кочку»;

**Средняя группа**

**СЕНТЯБРЬ**

<b>СРЕДНЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С остановкой по сигналу	1. Медленный 1 мин 2. Врассыпную		1. С продвижением на 2 ногах из обруча в обруч	1. Подбрасывание мяча вверх и вниз и его ловля, не прижимая к себе	1. Ходьба по гимнастической скамейке
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин	1. Подлезание под дугу в группировке	1. В высоту с места	1. Отбивание мяча об пол правой рукой	
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Врассыпную	1. Медленный 1 мин	1. Лазание по гимн. стенке до 1.5м. 2. Подлезание под дугу в группировке	1. В длину с места	1. Отбивание мяча об пол левой рукой	1. Ходьба по буму приставным шагом
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С приседаниями	1. Медленный 1 мин 2. Со сменой направления	1. Подлезание под дугу в группировке боком. 2. Перелезание через набивное бревно	1. В длину с места		1. Ходьба по буму с опорой 2. Медленное кружение.

**Игры:** «Автомобили», «Пройди тихо», «Слушай сигнал!», «Найди своё место», «Найди свой домик»;

**ОКТАБРЬ**

<b>СРЕДН ЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парами	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления 5. Парами	1. Медленный 1 мин 10 сек	1. Подлезание под шнур высотой 50 см. в группировке 2. Ползание на четвереньках между предметами	1. В длину с места	1. Прокатывание обруча в прямом направлении	
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Приставным шагом	1. Медленный 1 мин 10 сек 2. Врассыпную	1. Подлезание под дугу в группировке	1. С продвижением из обруча в обруч на 2 ногах	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Бег по дорожке 25- 30см
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин 10 сек 2. Врассыпную		1. В высоту через кирпичики высотой 5-7 см.	1. Отбивание мяча об стену 2 руками снизу	1. Ходьба по наклонной доске с поворотом вокруг своей оси
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парами	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 1 мин 10 сек 2. Врассыпную		1. На месте, рядом со скакалкой	1. Подбрасывание и ловля мяча 2 руками 2. Перебрасывание мяча в парах снизу 2 руками	

**Игры:** «Найди пару», «Самолёты», «Ель, елка, елочка», «Найди своё место»;

## НОЯБРЬ

СРЕДН ЯЯ	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазание.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 1мин10сек 2. Враспынную		1. В высоту через набивные мячи подтягивая ноги к груди	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Ходьба по гимн. скамейке с поворотом вокруг своей оси на середине
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парам	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 1мин20сек		1. С продвижением на 1 ноге	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Ходьба по доске перешагивая через кирпичики
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 1мин20сек	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками	1. С продвижением, на 2 ногах	1. Метание мяча вдаль 1 рукой от плеча. 2. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 1мин20сек	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками	1. С продвижением на 2 ногах	1. Метание мяча вдаль 1 рукой от плеча. 2. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Ходьба, перешагивая через рейки лестницы лежащей на полу 2. Гимн. упражнения «аист», «свечка»

**Игры:** «Кот и мыши», «Пройди тихо», «Гонка мячей», «Ловишки с мячом», «Найди пару», «Пузырь», «Зайцы и волк»;

**ДЕКАБРЬ**

<b>СРЕДН ЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 1мин20сек	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками	1. В высоту с места	1. Метание маленького мяча вдаль 2. Отбивание мяча об пол 1 рукой.	
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Враспынную 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 1мин20сек	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Вис на г. стенке			
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками 2. Вис на г. стенке		1. Метание большого мяча вдаль, 1 рукой от плеча, 2 руками из-за головы	1. Ходьба между 2 линий с кружением на середине
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30	1. Подлезание под дугу в группировке	1	1. Отбивание мяча об стену 2 руками от груди 2. Метание вдаль правой и левой рукой	1. Гимн. упражнения «аист», «ласточка»

**Игры:** «Самолёты», «Найди своё место», «Слушай сигнал», «Фигуры», «Лиса в курятнике»;

**ЯНВАРЬ**

<b>СРЕДН ЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	<b>Праздничные дни</b>						
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Парами с остановкой по сигналу	1. Медленный 1мин30сек	1. Лазание по г. стенке с переходом с пролета на пролет	1. В высоту с места	1. Вдаль правой и левой рукой	1. Гимн. упражнения «улитка», «свечка»
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Лазание по г. стенке с переходом с пролета на пролет	1. На месте вращая скакалку вперед	1. Метание в горизонтальную цель (обруч) 1 рукой снизу	
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Лазание по г. стенке с переходом с пролета на пролет	1. На месте вращая скакалку вперед	1. Бросание и ловля мяча, не прижимая его к груди 2 руками, отбивание мяча об пол 1 рукой	1. Гимн. упражнения «улитка», «свечка»

**Игры:** «Зайцы и волк», «Обезьянки на лиане», «У медведя во бору», «Фигуры»;

**ФЕВРАЛЬ**

<b>СРЕД НЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парами	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	2. Медленный 1мин30сек	1. По наклонной доске на четвереньках	1. С продвижением вперед через кубики высотой 5см 2. Спрыгивание с высоты 25см	1. Перебрасывание мячей в парах	1. Ходьба по наклонной доске
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 1мин30сек	1. Лазание по г. стенке	1. В длину с места 2. Вверх до предмета	1. В вертикальную цель	1. Гимн упражнения «рыбка», «свечка»
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание 6. В круг	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. С продвижением из обруча в обруч на 2 ногах	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой 2. Метание мяча в горизонтальную цель 2 руками снизу	1. Ходьба по канату лицом вперед 2. Ходьба по наклонной доске
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Лазание по г. стенке с переходом с пролета на пролет	1. С продвижением через гимн. палки на 2 ногах		1. Ходьба по г. скамье с перешагиванием 2. Кружение в обе стороны

**Игры:** «Перестрелка», «Береги предмет», «Ровным кругом», «Найди своё место», «Поймай снежинку», «Внимание!», «Меткий стрелок», «Лягушки», «Чьё звено быстрее соберется?», «Делай как я!», «Слушай сигнал»;

**МАРТ**

<b>СРЕДН ЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 1мин30сек	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками	1. В высоту с места	1. Метание в даль	1. Ходьба с перешагиванием через палки лежащие на кубиках высотой 5см
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек 2. Со сменой направления	1. Перелезание через препятствие на четвереньках	1. Спрыгивание с высоты 25см 2. С продвижением вперед на 2 ногах	1. Метание в вертикальную цель	1. Ходьба по ограниченной поверхности
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звеня 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. Через скакалку медленно вращая ее вперед	1. Метание в горизонтальную цель (обруч) 1 рукой снизу	
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звеня 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. Через скакалку медленно вращая ее вперед	1. Отбивание мяча 1 рукой об пол	

**П/игры:** «Лиса в курятнике», «Найди и промолчи», «Самолёты», «Слушай сигнал», «Зайцы и волк», «Береги предмет», «У медведя во бору», «Мяч по кругу», «Гонка мячей»;

**АПРЕЛЬ**

<b>СРЕД НЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание 6. В круг	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин 30 сек	1. Ползание по скамье на животе	1. На 1 и 2 ногах с продвижением через шнур боком	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Ходьба по ребристой доске с медленным кружением на середине
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парам	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин 30 сек		1. Через медленно вращающуюся вперед скакалку	1. Бросание набивных мячей 2 руками из-за головы	1. Ходьба, перешагивая через набивные мячи
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин 30 сек	1. Ползание по скамье на животе 2. Лазание по г. стенке	1. В длину с места	1. Метание в даль правой и левой рукой	
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С остановкой по сигналу	1. Медленный 1 мин 30 сек 2. Враспынную	1. Подлезание под дугу в группировке прямо	1. Через медленно вращающуюся вперед скакалку		1. Ходьба по наклонной доске, перешагивая через набивные мячи

**Игры:** «Фигуры», «Мышеловка», «Найди пару», «Сбей кегли», «Лошадки», «Мяч по кругу», «Прокати и догони», «Найди своё место»;

МАЙ

СРЕД НЯЯ	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. Прыжки через скакалку	1. Прокатывание обруча в прямом направлении	1. Гимн. упражнения «аист», «ласточка»
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парам	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Ползание по г. скамье на животе 2. Лазание по г. лестнице с переходом с пролета на пролет		1. Прокатывание обруча в прямом направлении	1. Ходьба по ограниченной поверхности
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 1мин30сек		1. В высоту с места	1. Прокатывание обруча в прямом направлении	1. Удержание произвольной статической позы
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. В длину с места	1. Метание мячей вдаль двумя руками из-за головы	1. Ходьба по канату приставным шагом

**Игры:** «У медведя во бору», «Пастух и стадо», «Ловишки с обручем», «Мышеловка». «Угадай, кто?», «Лягушки», «Фигуры», «Горячая картошка», «Мяч по кругу», «1,2,3 – ёлочка замри!»;

**ИЮНЬ**

<b>СРЕДНЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. В рассыпную	1. Медленный 1 мин 30 сек	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом с пролёта на пролёт	1. Через короткую скакалку медленно вращая её вперёд		1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин 30 сек	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом с пролёта на пролёт		1. Метание в вертикальную цель	
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин 30 сек		1. В высоту	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Ходьба с перешагиванием через конусы
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1 мин 30 сек	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом с пролёта на пролёт	1. В длину с продвижением вперёд	1. Отбивание мяча 2. Метание в цель	

**Игры:** «Гонка мячей», «У медведя во бору», «Пастух и стадо», «Мышеловка», «Пузырь», «Угадай кто?», «Лягушки и цапля», «Горячая картошка», «Найди своё место»;

**ИЮЛЬ**

<b>СРЕДНЯЯ</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звеня 4. Повороты 5. Размыкание 6. В круг	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. Через короткую скакалку	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Выполнение статических упражнений на ограниченной поверхности
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звеня 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парам	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Ползание по скамье на животе 2. Лазание по г. стенке		1. Прокатывание мячей в парах в прямом направлении	1. Выполнение статических упражнений на ограниченной поверхности
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звеня 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. В высоту с места	1. Прокатывание и перебрасывание мяча стоя в кругу	
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звеня 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С остановкой по сигналу	1. Медленный 1мин30сек		1. В длину с места	1. Метание мешочка в даль правой и левой рукой	1. Медленное кружение на ограниченной поверхности

**П/игры:** «Охотник и зайцы», «Пузырь», «Жмурки», «Охотник и утки», «Поймай комара», «Найди пару», «Лягушки», «Горячая картошка», «Кто меньше?», «Гонка мячей»;

АВГУСТ

СРЕДНЯЯ	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Лазание по г. лестнице с переходом с пролета на пролет	1. Прыжки через короткую скакалку		1. Гимн. упражнения «аист», «ласточка»
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В круг 4. Повороты 5. Размыкание 6. Парам	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек		1. В длину с места	1. Метание в вертикальную цель	
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 1мин30сек 2. Быстрый		1. В высоту с места 2. С продвижением на 2 ногах	1. Отбивание мяча об по 1 рукой	1. Удержание произвольной статической позы
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. В звенья 4. Повороты 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек 2. Быстрый	1. Лазание по г. лестнице с переходом с пролета на пролет	1. С продвижением на 1 ноге	1. Метание больших мячей вдаль двумя руками из-за головы	

**П/игры:** «Лиса в курятнике», «Найди и промолчи», «Самолёты», «Слушай сигнал», «Зайцы и волк», «Береги предмет», «У медведя во бору», «Мяч по кругу», «Гонка мячей»;

## Старшая группа

### СЕНТЯБРЬ

Старшая	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Ползание по скамье на животе	1. На скакалке	1. Метание вдаль правой и левой рукой	
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин30сек	1. Ползание по скамье на животе	1. На скакалке	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой	1. Ходьба по буму
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 1мин30сек 2. В среднем темпе	1. Лазание по гимн. стенке	1. В длину с места	1. Отбивание мяча 1 рукой	
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 1мин30сек 2. В среднем темпе	1. Подлезание под дугой прямо в группировке	1. В длину с места	1. Метание вдаль	

**Игры:** «Волк во рву», «Угадай кто?», «Пожарные на учении», «Воробьи-вороны», «Найди своё место», «Кто быстрее», «Стоп!»;

**ОКТАБРЬ**

<b>Старшая</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 1мин40сек 2. В среднем темпе	1. Вис на кольцах	1. На скакалке	1. Метание в горизонтальную цель	1. динамическое упражнение «Качалка» 2. Ходьба по скамье с поворотом вокруг себя на середине
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 1мин40сек 2. В среднем темпе		1. На скакалке	1. Метание в вертикальную цель	1. Гимн. упражнения «Рыбка», «Корзинка»
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин40сек 2. В среднем темпе	1. Лазание по г. стенке	1. В высоту с места	1. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками 2. Перебрасывание мяча в парах двумя руками снизу	1. Кружение в парах с остановкой по сигналу
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 1мин40сек 2. В среднем темпе 3. Со сменой направления		1. В высоту с места	1. Отбивание мяча о стену 2. Метание вдаль правой и левой рукой	

**П/игры:** «Ловишки с обручем», «Слушай сигнал», «Циркачи», «Гимнасты», «Удочка», «Кого называли, тот и ловит», «Караси и щука»;

## НОЯБРЬ

Старшая	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин50сек 2. В среднем темпе	1. Подлезание под дугу в группировке прямо	1. С продвижением вперед на 1, 2 ногах	1. Метание в цель	1. Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения 6. В круг	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин40сек 2. В среднем темпе 3. Быстрый	1. Подлезание под дугу в группировке правым и левым боком	1. С продвижением вперед на 1, 2 ногах боком через канат		1. Ходьба по скамье с перешагиванием через предметы
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 1мин50сек 2. В среднем темпе	1. Вис и катание на канате	1. На скакалке 2. В длину с разбега	1. Бросание и ловля мяча	
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин50сек 2. В среднем темпе 3. В рассыпную	1. Ползание по скамье на животе 2. Подлезание под дугу в группировке боком	1. С продвижением вперед на 1, 2 ногах боком через канат 2. В длину с разбега		1. Ходьба по канату приставным шагом

**Игры:** «Охотник и зайцы», «Береги предмет», «Не попадись!», «Найди предмет», «Собачка», «Гонка мячей», «Лягушки», «Угадай, кто?»;

**ДЕКАБРЬ**

<b>Старшая</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 1мин50сек 2. В среднем темпе	1. Ползание по-пластунски 2. Подлезание под дугу в группировке боком	1. На скакалке	1. Отбивание мяча об пол	
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 1мин50сек 2. В среднем темпе	1. Подлезание под дугу в группировке прямо	1. На скакалке	1. Перебрасывание мячей в парах разными способами	1. Ходьба по буму с мешочком на голове
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. В высоту с разбега	1. Метание вдаль 2. Отбивание мяча о стену разными способами	1. Ходьба по буму с опорой о стену выполняя мах прямой ногой сбоку
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Катание на узле каната	1. В высоту с разбега	1. Метание в вертикальную цель 2. Отбивание мяча о стену разными способами	

**Игры:** «Удочка», «Кто дольше не заронит», «Хитрая лиса», «Удержи мяч», «Слушай сигнал!», «Стоп!»;

**Спортивные игры:** баскетбол;

**ЯНВАРЬ**

Старшая	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	<b>Праздничные дни</b>						
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Лазание по г. стенке с переходом с пролета на пролет 1. Вис на кольцах		1. Метание вдаль	
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. На скакалке 2. Спрыгивание с высоты 25-30см на мат	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой на месте	1. Ходьба по наклонной доске
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Ползание по скамье на животе подтягиваясь руками	1. С продвижением на 2 ногах вперед, боком через канат 2. В длину с места	1. Отбивание мяча правой и левой рукой с продвижением вперед	

**П/игры:** «Охотник и утки», «Фигуры», «Медведи и пчелы», «День - ночь», «Кенгуру», «Караси и щука»;

**ФЕВРАЛЬ**

<b>Старшая</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями 5. Врассыпную	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. В длину с места	1. Метание в вертикальную цель	1. Ходьба по наклонной доске с кружением на середине
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Со сменой направления	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Пролезание в обручи 2. Катание на узле каната		1. Метание вдаль двумя руками из-за головы 2. Подбрасывание, ловля, отбивание мяча	
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Врассыпную	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе 3. Врассыпную	1. Лазание по г. стенке	1. С продвижением из обруча в обруч подскоками 2. В высоту с разбега	1. Метание вдаль правой и левой рукой	
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Вис на кольцах, подтягивая колени к подбородку	1. В длину с разбега 2. С высоты 30 см.	1. Метание вдаль правой и левой рукой	1. Ходьба по скамье с подскоком на середине

**Игры:** «Запрещённое движение», «Чьё звено быстрее соберется», «Перемена мест», «Эстафеты», «Море волнуется», «Меткий стрелок», «Угадай, кто?», «Ручеек», «1,2,3 – к предмету беги!»;

**Спортивные игры:** хоккей;

**МАРТ**

<b>Старшая</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Вис на кольцах доставая коленями до подбородка	1. На скакалке 2. С высоты 25-30 см.	1. Метание в цель	1. Ходьба по наклонной ребристой доске
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Вис на кольцах доставая коленями до подбородка	1. В длину с разбега	1. Бросок мяча двумя руками из-за головы через сетку 2. Перебрасывание мячей в паре разными способами	
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Вис на г. стенке	1. В длину с разбега	1. Баскетбольное ведение мяча	1. Ходьба по скамье с поворотом вокруг себя на середине
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Вис на г. стенке	1. На скакалке 2. В длину с разбега		1. Ходьба по буму с поворотом вокруг себя на середине

**Игры:** «Береги предмет», «Удержи, не урони», «эстафеты», «Кто дальше», «Пронеси – не урони!»;

**Спортивные игры:** настольный теннис;

**АПРЕЛЬ**

<b>Старшая</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Подлезание под дугу в группировке	1. С высоты 2. На скакалке	1. Метание в вертикальную цель	1. Ходьба по ограниченной поверхности с приседанием на середине
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. На скакалке с продвижением вперед	1. Метание вдаль 2. Прокатывание обруча в прямом направлении в парах	1. Выполнение гимнастического упражнения «Ласточка»
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Подлезание под дугу в группировку 2. Ползание по скамье на животе	1. С высоты	1. Отбивание мяча о стену разными способами	1. Ходьба по ограниченной поверхности с перешагиванием через набивные мячи
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. В высоту с разбега	1. Перебрасывание мячей в парах через сетку разными способами	1. Ходьба по буму с махами согнутыми в коленях ногами и хлопками под коленом

**Игры:** «Космонавты», «Быстро возьми», «Гонка воланов», «Ловишки», «Меткий стрелок», «День - ночь»;

**Спортивные игры:** бадминтон;

МАЙ

Старшая	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе 3. Длительный 3мин30мин 4. Быстрый	1. Ползание по скамье на животе 2. Пролезание в обручи разными способами	1. С продвижением из обруча в обруч на 1 ноге	1. Метание в горизонтальную цель 2. Прокатывание обруча прямо, «змейкой» между предметами	
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе 3. Быстрый	1. Ползание по скамье на спине подтягиваясь руками	1. В высоту с места		1. Ходьба по ограниченной поверхности с поворотом вокруг себя на середине
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. В высоту с разбега	1. Прокатывание и вращение на руке обруча 2. Метание вдаль	1. Ходьба по ограниченной поверхности с приседанием на середине
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Ползание на четвереньках, попластунски 2. Подлезание под дуги в группировке правым и левым боком	1. В высоту с места 2. С продвижением из обруча с обруч на 1 ноге	1. Отбивание мяча об пол, стену разными способами	

П/игры: «Перестрелка», «Меткий стрелок», «Эстафеты», «Стоп!», «Паучий футбол», «Слушай сигнал!»;

Спортивные игры: футбол;

**ИЮНЬ**

<b>Старшая</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. На короткой скакалке	1. Метание в горизонтальную цель 2. Прокатывание обруча в паре	1. Ходьба с мешочком на голове
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Вис на г. стенке	1. С продвижением на 1 и 2 ногах	1. Перебрасывание мячей в паре разными способами	
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. На короткой скакалке	1. Метание мешочка вдаль	1. Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. На короткой скакалке	1. Баскетбольное ведение мяча	

**П/игры:** «Прокати и догони», «Волк во рву», «Не урони!», «Собачка», «Стоп!», «Хитрая лиса», «Караси и щука», «Фигуры», «Жмурки», «День - ночь»;

## ИЮЛЬ

Старшая	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Подлезание под дугу в группировке 2. Ползание на четвереньках «змейкой» между предметами	1. В высоту с места 2. С высоты 25-30 см.	1. Перебрасывание мяча в парах разными способами	1. Ходьба по ограниченной поверхности с приседанием на середине
2 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Ползание на четвереньках «змейкой» между предметами с остановкой по сигналу		1. Метание в вертикальную цель	1. Ходьба по буму с опорой о стену
3 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. В высоту с разбега	1. Отбивание мяча о стену разными способами	1. Ходьба по ограниченной поверхности с махом прямыми ногами
4 неделя.	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе	1. Ползание на четвереньках «змейкой» между предметами с остановкой по сигналу	1. С продвижением на 1 и 2 ногах	1. Перебрасывание мячей в парах через сетку разными способами	1. Ходьба по наклонной доске

**П/игры:** «Пустое место», «Золотые ворота», «Не урони!», «Выбивалы», «Собачка», «Стоп!», «Второй лишний», «Фигуры», «Караси и щука», «Жмурки», «День - ночь», «Эстафеты»;

**АВГУСТ**

<b>Старшая</b>	<b>Строевые Упражнения (построения)</b>	<b>Ходьба</b>	<b>Бег</b>	<b>Ползание, Лазанье.</b>	<b>Прыжки.</b>	<b>Метание, мяч</b>	<b>Упражнения в равновесии</b>
<b>1 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. Враспынную	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе 3. Длительный 3мин30мин 4. Быстрый		1. С продвижением вперед и назад на 1 и 2 ногах	1. Метание в горизонтальную цель 2. Прокатывание обруча в парах	1. Кружение в парах с остановкой по сигналу
<b>2 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе 3. Быстрый		1. С продвижением боком через канат на 1 и 2 ногах		1. Ходьба по ограниченной поверхности с высоким подниманием колен
<b>3 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. На короткой скакалке	1. Прокатывание и вращение на руке обруча 2. Метание вдаль	1 Подскоки с ноги на ногу на скамье
<b>4 неделя.</b>	1. В шеренгу 2. В колонну 3. Повороты 4. Размыкание 5. Перестроения	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная	1. Медленный 2мин 2. В среднем темпе		1. На короткой скакалке	1. Отбивание мяча об пол, стену разными способами	

**П/игры:** «Прокати и догони», «Волк во рву», «Не урони!», «Собачка», «Стоп!», «Хитрая лиса», «Караси и щука», «Фигуры», «Жмурки», «День - ночь»;

## Подготовительная группа

### СЕНТЯБРЬ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2 мин. 2.Средн.темп 3.Враспынную	1.Ползание по скамье на животе, подтягиваясь руками	1.На 2 ногах из обруча в обруч 2.В длину с места	1.Перебрасывание мячей в парах 2 руками снизу	1.Ходьба по гимнастической скамье приставным шагом
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Враспынную	1.Медленный 2 мин. 2.Средн.темп	1.Лазанье по гимн. стенке	1.В высоту с разбега (40-50 см.)	1.Перебрасывание мячей в парах из-за головы	1.Ходьба по буму ставя ногу с носка (гимнастическим шагом)
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2мин 2.Средн.темп 3.Быстрый		1.В высоту с разбега 2.На короткой скакалке		1.Ходьба по буму с мешочком на голове
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2 мин 2.Средн.темп 3.Быстрый	1.Подлезание под шнур в группировке боком разными способами	1.В длину с разбега	1.Прокатывание обручей в прямом направлении, с изменением направления	

**П/игры:** «Лягушки и цапля», «Кого называли, тот и ловит», «Фигуры», «Удочка», «Не дай мячу упасть», «Жмурки», «Бездомный заяц»;

## ОКТАБРЬ

**Игры:** «Совушка», «Слушай сигнал!», «Стоп!», «Кто дальше?», «Гори, гори ясно!», «Не попадись!», «Собачка», «Удочка», «Золотые ворота»;

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м10с 2.Средн.темп		1.На короткой скакалке	1.Отбивание мяча о пол в продвижении правой и левой рукой	1.Ходьба по скамье с махом согнутой ногой
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Врасыпную	1.Медленный 2м10с 2.Средн.темп		1.На короткой скакалке	1.Прокатывание обруча в прямом направлении 2.Метание вдаль правой и левой рукой	
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м10с 2.Средн.темп 3.Врасыпную 4.Со сменой направления	1.Лазание по гимн. стенке с переходом с пролета на пролет	1.Спрыгивание с высоты 30-40 см.	1.Отбивание мяча о пол в продвижении правой и левой рукой	1.Ходьба по скамье перешагивая через мешочки
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2.Средн.темп 3.Со сменой направления	1.Лазание по гимн. стенке с переходом с пролета на пролет	1.Спрыгивание с высоты 30-40 см. 2.В длину с разбега	1.Отбивание мяча о пол в продвижении правой и левой рукой	

**Спортивные игры:** баскетбол;

## НОЯБРЬ

Подгот	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м10с 2.Средн.темп		1.В высоту с разбега 2.Спрыгивание с высоты 40 см	1.Прокатывание мяча головой «змейкой» между предметами на четвереньках	1.Ходьба по скамье подбрасывая и ловя мяч
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м20с 2.Средн.темп	1.Подлезание под несколько дуг поочередно правым и левым боком в группировке	1.На 2 ногах с продвижением	1.Отбивание мяча об пол в движении (баскетбольное ведение мяча)	1.Ходьба по скамье с перешагиванием через набивные мячи
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Враспынную	1.Медленный 2м20с 2.Средн.темп	1.Подлезание под несколькими дугами в группировке прямо	1.На короткой скакалке с ноги на ногу	1.Метание вдаль правой и левой рукой	1.Ходьба по скамье с выполнением гимнастических упражнений «ласточка», «свечка»
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Враспынную	1.Медленный 2м20с 2.Средн.темп	1.Подлезание под несколькими дугами в группировке прямо 2.Лазание по гимн. стенке с переходом с пролета на пролет	1.На короткой скакалке с ноги на ногу	1.Метание вдаль правой и левой рукой	1.Ходьба по скамье с выполнением поворота в полном приседе

**П/игры:** «Совушка», «отними мяч», «Весёлые ребята», «Море волнуется», «Эстафеты», «Стоп!», «Ловля обезьян», «Слушай сигнал!», «Гонка мячей»;  
**Спортивные игры:** баскетбол;

## ДЕКАБРЬ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м20с 2.Средн.темп	1.Лазание по гимн. стенке разноименным способом	1.На короткой скакалке разными способами	1.Отбивание мяча об пол 1 рукой с 1-2 хлопками	1.Ходьба по скамье с махом прямой ногой
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м20с 2.Средн.темп	1. Ползание на четвереньках прокатывая мяч головой, в заданном направлении		1.Метание в горизонтальную цель 2. Метание вдаль 2 руками из-за головы	1.Ходьба по скамье с подбрасыванием и ловлей мяча
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Вис на кольцах подтягивая колени к груди	1.На короткой скакалке разными способами	1.Метание в цель	1.Гимн. упр. «Качалка», «Берёзка»
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Вис на кольцах подтягиваясь на руках	1.На короткой скакалке разными способами	1.Отбивание мяча об пол в движении (баскетбольное ведение + бросок в корзину)	1.Ходьба по наклонной доске

**Игры:** «Ловишки», «Школа мяча», «Выбивалы», «Пронеси – не урони!», «Второй лишний», «Гонка воланов», «Кто больше?»;

**Спортивные игры:** бадминтон;

## ЯНВАРЬ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	<b>Праздничные дни</b>						
2 неделя.	1. В колонну 2. В шеренгу 3. Повороты 4. Перестроения 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 2м30с 2. Средн. темп 3. Быстрый 4. Челночный	1. Лазание по гимн. стенке произвольным способом	1. На короткой скалке 2. В длину с места		1. Ходьба по буму
3 неделя.	1. В колонну 2. В шеренгу 3. Повороты 4. Перестроения 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 2м30с 2. Средн. темп	1. Вис на кольцах с подтягиванием на руках	1. В высоту с места 2. В высоту с разбега	1. Метание в цель	
4 неделя.	1. В колонну 2. В шеренгу 3. Повороты 4. Перестроения 5. Размыкание	1. Обычная 2. Корректирующая 3. Ускоренная 4. С заданиями	1. Медленный 2м30с 2. Средн. темп 3. Враспынную		1. В длину с места 2. На короткой скалке	1. Перебрасывание мяча в парах из разных и.п.	

**Игры:** «Гори, гори ясно!», «Перебрось через сетку», «кенгуру», «Не попадись»;

**Спортивные игры:** бадминтон;

## ФЕВРАЛЬ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Пролезание в обруч разными способами	1.С продвижением на 1 и 2 ногах (через предметы) 2.На скакалке	1.Отбивание мяча об пол в движении	1.Ходьба по буму перешагивая через кубики
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Вис на кольцах с подтягиванием на руках	1.На короткой скакалке	1.Отбивание мяча об пол в движении с остановкой по сигналу	
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Лазание по гимн. стенке разными способами с переходом с пролета на пролет	1.На короткой скакалке	1.Преребрасывание мяча в парах из разных и. п.	
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп		1.На короткой скакалке	1.Преребрасывание мяча в парах из разных и. п. 2.Метание вдаль	

**П/игры:** «эстафеты», «Меткий стрелок», «Гонка мячей», «Золотые ворота», «Быстро найди!»;  
**Спортивные игры:** хоккей;

## МАРТ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп 3.Челночный	1.Подлезание под дугу в группировке прямо, боком	1.На короткой скакалке	1.Метание мяча в горизонтальную цель 2.Перебрасывание мячей в парах из разных и. п.	
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп		1.Запрыгивание на скамью (страховка!!) 2.Спрыгивание со скамьи на мат 3.На короткой скакалке	1.Перебрасывание мячей в парах через веревку	1.Ходьба по скамье с выполнением упр. «ласточка» на середине
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Лазанье по гимн. стенке с переходом с пролета на пролет одноименным способом	1.В длину с места	1.Метание в цель	1.Ходьба по скамье с мешочком на голове
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Врассыпную 3.Челночный	1.Лазанье по гимн. стенке с переходом с пролета на пролет разноименным способом	1.В длину с места	1.Метание в цель	1.Ходьба по наклонной доске

**П/игры:** «Коршун и насадка», «Волк во рву», «Не дай упасть!», «Не попадись!», «Меткий глаз», «Фигуры», «Гуси - лебеди»;

**Спортивные игры:** настольный теннис;

## АПРЕЛЬ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп		1.В длину с разбега 2.На длинной скакалке	1.Метание вдаль	1.Ходьба, перешагивая гимн. палки с мешочком на голове
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп		1.В длину с разбега	1.Метание в горизонтальную цель 2.Подбрасывание мяча вверх и его ловля с поворотом вокруг себя	
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп 3.Быстрый		1.В длину с места 2.В длину с разбега	1.Метание в даль	
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп		1.В длину с разбега 2.На длинной скакалке	1.Метание в даль	1.Ходьба по буму с выполнением приседания с поворотом

**П/игры:** «Выбивалы», «Эстафеты», «Совушка», «Кого назвали, тот и ловит», «Золотые ворота», «Уголки», «Не попадись!», «Воробьи - вороны», «Стоп!»;

**Спортивные игры:** настольный теннис;

## МАЙ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Пролезание в обручи разными способами 2.Ползание по скамье на животе	1.Запрыгивание на скамью и спрыгивание с нее на мягкое покрытие	1.Метание в горизонтальную цель	1.Ходьба по буму приставным шагом
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Ползание по скамье на животе	1.В высоту с разбега	1.Прокатывание мяча одним толчком, в кеглю на конце скамьи	1.Расхождение на скамье 2-х идущих навстречу друг другу
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Лазанье по гимн. стенке разными способами 2.Вис на кольцах подтягивая колени к груди	1.На длинной скакалке	1.Прокатывание обруча в прямом направлении 2.Метание вдаль	
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп		1.С ноги на ногу через обруч 2. На длинной скакалке	1.Вращение обруча на правой и левой руке	1.Ходьба по буму с перешагиванием через предметы

**Игры:** «Эстафеты», «Сбей кегли», «Не упади!», «Прокати и догони», «Не попадись!», «Жмурки», «Море волнуется»;

**Спортивные игры:** футбол;

## ИЮНЬ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп 3.Челночный		1.С продвижением вперед на 2 ногах на короткой скакалке	1.Бросание мяча в корзину из-за головы 2.Перебрасывание мячей в парах из разных и. п.	1. Гимн. упражнения «Цапля», «Свечка», «Ласточка»
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Подлезание под дугу в группировке прямо, боком	1.С продвижением вперед на 2 ногах на короткой скакалке	1.Перебрасывание мячей в парах через веревку	1.Ходьба по скамье с махом ноги сбоку
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Лазанье по гимн. стенке с переходом с пролета на пролет	1.С продвижением вперед с ноги на ногу на короткой скакалке	1.П/игры с мячом	1. Ходьба по ограниченной поверхности
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Врассыпную 3.Челночный	1. Пролезание в обручи разными способами	1.С продвижением вперед с ноги на ногу на короткой скакалке	1.П/игры с мячом	1.Ходьба по наклонной доске

**П/игры:** «Гонка мячей», «Эстафеты», «Пионербол», «Меткий стрелок», «Догони мяч», «Воробьи - вороны», «Фигуры»;

**Спортивные игры:** футбол;

## ИЮЛЬ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп		1.На длинной скакалке	1.Метание вдаль	1.Ходьба, перешагивая гимн. палки с мешочком на голове
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1. Подлезание под 3-4 дуги в группировке 2. Вис на кольцах подтягивая колени к нруди		1.Метание в горизонтальную цель 2.Подбрасывание мяча вверх и его ловля с поворотом вокруг себя	1. Гимн. упражнения «Цапля», «Свечка», «Ласточка»
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп 3.Быстрый		1.На длинной скакалке	1.Метание в даль	1. Гимн. упражнения «Рыбка», «Корзинка»
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1. Подлезание под 3-4 дуги в группировке 2. Вис на кольцах подтягивая колени к нруди	1.На длинной скакалке		1.Ходьба по буму с высоким подниманием колен

**Игры:** «Охотник и звери», «Второй лишний», «Пионербол», «Школа мяча», «Гонка мячей», «Весёлые ребята», «Воробьи - вороны», «Фигуры»;

## АВГУСТ

Подгот.	Строевые Упражнения (построения)	Ходьба	Бег	Ползание, Лазанье.	Прыжки.	Метание, мяч	Упражнения в равновесии
1 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1. Катание на узле каната сидя	1.Запрыгивание на скамью и спрыгивание с нее на мягкое покрытие	1.П/игры с обручем	
2 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1. Катание на узле каната стоя	1.В высоту с места 2.В высоту с разбега	1.П/игры на метание с мячом	
3 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями 5.Со сменой направления	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Лазанье по гимн. стенке разными способами	1.На скакалке произвольным способом	1.П/игры на бросание и ловлю с мячом	1.Расхождение на скамье 2-х идущих навстречу друг другу
4 неделя.	1.В колонну 2.В шеренгу 3.Повороты 4.Перестроения 5.Размыкание	1.Обычная 2.Корректирующая 3.Ускоренная 4.С заданиями	1.Медленный 2м30с 2.Средн.темп	1.Пролезание в обручи разными способами	1.На скакалке произвольным способом	1.П/игры на ловкость с мячом	1.Ходьба по буму с поворотом вокруг своей оси на середине

**П/игры:** «Мяч по кругу», «Эстафеты», «Пионербол», «Меткий стрелок», «Догони мяч», «Воробьи - вороны», «Перелёт птиц»;

## 2.9. Планирование физкультурных досугов

<b>Месяц</b>	<b>2 младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
сентябрь	«Чудесный мешочек»	«Осенний лес»	«Осенний»	«Игры со скакалкой»
октябрь	«Веселый дождик»	«Утята - спортсмены»	«Кошки-мышки»	«Волшебные обручи»
ноябрь	«В гостях у сказки «Колобок»	«На осеннем, на лугу»	«Мы и наши помощники»	«Палочка - выручалочка»
декабрь	«Здравствуй Зимушка»	«Подарки зимы»	«Зимушка-зима»	«Игры со снежками»
январь	«Снегурочка в гостях у детворы»	«Праздник для зверят»	«Волшебная верёвочка»	«Мы мороза не боимся!»
февраль	«Помоги Каркуше»	«Зимушка хрустальная»	«Спасём Василису»	«Целый день играть не лень!»
март	«В поисках витаминов»	«Здоровое питание»	«Путешествие в мир правильного питания»	««Путешествие в мир правильного питания»»
апрель	«Храбрый заяц»	«Путешествие на ракете»	«Космонавты»	«Космические путешественники»
май	«В гостях у матрешки»	«Веселый мяч»	«Лесные соревнования»	«Путешествие за здоровьем»
июнь	«Здравствуй лето, красное!»	«Веселое лето»	«Игры с воздухом»	«Воздушные забавы»
июль	«Летние забавы»	«В гостях у сказки «Теремок»	«Вместе весело шагать»	«Весёлый баскетбол»

### 2.9.1. Примерный план физкультурно-оздоровительной и соревновательной деятельности с родителями

(Организуется воспитателями и инструктором, на основе анкетирования или опроса родителей о желании участвовать в данном виде двигательной активности.  
Мероприятие проводится при желании в нём участвовать более 70 % родителей группы.)

Группа	Май (день спорта)	Февраль (23 февраля)
Младшая	«Спорт – здоровье, сила, красота»	«Лучший папа на земле»
Средняя	«Спорт – здоровье, сила, красота»	«Будущие защитники»
Старшая	«Веселые соревнования»	«Ловкие ребята»
Подготовительная	«Малые олимпийские игры»	«Весёлые старты»

### 3. Организационный раздел.

#### 3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Предметно-пространственная среда спортивного зала построена с учетом требований ФГОС ДО и санитарно-гигиенических норм и является:

- Содержательно-насыщенной
- Трансформируемой
- Полифункциональной
- Вариативной
- Доступной
- Безопасной

Спортивный зал оснащен оборудованием, позволяющим развивать все основные виды движений и создавать положительную эмоциональную атмосферу в соответствии с методическими требованиями и рекомендациями программы. По периметру и по кругу зала сделана разметка, что позволяет малышам быстрее адаптироваться и осваивать пространственную ориентацию. Для постоянного поддержания интереса детей к занятиям инструктором по физкультуре систематически изготавливается нестандартное оборудование.

Всё оборудование легко **трансформируется** в зависимости от цели занятия и возраста детей. Удобные ёмкости для хранения позволяют быстро менять инвентарь, что способствует высокой плотности на занятиях и поддержанию интереса детей.

Один и тот же инвентарь мной может использоваться в разных играх и развивать разные качества.

**Полифункциональное** использование спортивного инвентаря и оборудования даёт положительный результат в освоении детьми основных видов движений и развитии физических качеств.

Детям на занятиях в зависимости от возрастных особенностей, предлагаются **различные варианты** использования оборудования, в результате чего обеспечивается развитие основных видов движений. Всё оборудование в спортивном зале находится в доступном для детей месте, что позволяет беспрепятственно использовать его по желанию, а также убирать после игр и занятий на место, воспитывая тем самым дисциплинированность, волевые качества, бережное отношение к двигательным игрушкам.

Вся предметно – развивающая среда **соответствует требованиям безопасности**. Просторный спортивный зал имеет достаточное освещение, ковровое покрытие закреплено специальными планками, шведская стенка надежно закреплена к стене, канаты и спортивный блок зафиксированы к потолку. Всё оборудование сертифицировано, исправно, эстетично, выполнено в спокойной цветовой гамме, имеет поверхность устойчивую к обработке чистящими средствами.

Оснащение зала меняется в зависимости от возраста детей, целей и задач организуемых занятий. Пространство спортивного зала может трансформироваться в различные центры:

- 1. Центр для гимнастических упражнений*
- 2. Центр спортивных игр*
- 3. Центр развития основных видов движений*
- 3. Зона для релаксации*
- 4. Площадка для подвижных игр*
- 5. Центр оздоровления*

### 3.2. Перечень спортивного оборудования и инвентаря

<i>Назначение</i>	<i>Название</i>	<i>Характеристика</i>	<i>Количество(шт.)</i>
<b>Для ходьбы, бега, равновесия</b>	Балансиры	Пластмассовые «ТОНУС»	3
	Бревно гимнастическое напольное	Длина 240 см Ширина верхней поверхности 10 см Высота 15 см	1
	Доска гладкая с зацепами	Длина 250 см Ширина 20 см Высота 3 см	1
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см	1
	Скамейка гимнастическая	Длина 200—300 см Ширина 24 см Высота 30 см	3
	Канаты плетёные для ходьбы	Длина 100 - 120 см	3
	Коврик массажный	44 x 95 см	2
	Коврик мягкий	200 x 40 см	2
	Модули круглые (поролоновые)	Диаметр – 21см Высота – 4 см	17
<b>Для прыжков</b>	Мат гимнастический	Поролон 200x100см.	3
	Фитбол	Диаметр-45-70см.	16
	Скакалка	Короткая	20
	Конус	С отверстиями	8
<b>Для катания бросания, ловли, метания</b>	Мяч резиновый	Диаметр -20-22 см.	22
	Мяч маленький массажный	Диаметр – 6-8 см.	20
	Мешочки с песком	Вес – 100 -150 гр	20
	Мяч теннисный	Диаметр - 6см.	50
	Мяч набивной	Вес - 1кг.	10
	Мяч футбольный	Диаметр – 18-20 см.	9
	Мяч баскетбольный	Диаметр – 25 см.	20
	Кегли	Высота – 25-30см.	30
	Конус гладкий	Высота – 25- 28см.	12
	Кольца плоские	Диаметр – 15-25 см.	30
	Обручи пластмассовые	Диаметр - 45-55	20
	Обручи большие	Диаметр – 90 см.	6
	Обручи металлические	Диаметр – 65 см.	12
Мишень навесная деревянная	Размер - 70 x 70см.	2	
	Малый гимнастический комплекс: лестница веревочная навесная, лестн.	Длина лестницы 3м. Ширина 33 см. Диаметр реек 3 см	1

<b>Для ползания и лазания</b>	гимн. металлическая, канат, кольца, перекладина	Диаметр каната 5 см.	
	Дуга металлическая	Высота – 58-60см.	10
	Тоннель тканевый	Диаметр – 55 см.	2
	Гимнастическая лестница (деревянная)	Шир. – 80 см. Высота – 2м.50см.	5
	Лестница стремянка	Высота – 95 см.	1
<b>Для ОРУ, подвижных и спортивных игр</b>	Парашют тканевый	Диаметр – 3 м	1
	Парашют тканевый	Диаметр – 5 м	1
	Палка гимнастическая	Деревянная	25
	Палка гимнастическая	Пластмассовая	23
	Клюшка для хоккея	Пластмассовая	4
	Кольцо баскетбольное	Металлическое	3
	Ракетки для бадминтона	Металлические	20
	Воланы для бадминтона	Пластмассовые	30
	Ракетки для настольного тенниса	Деревянные	20
	Шарики для настольного тенниса	Диаметр – 3.5 см.	20

### 3.3. Методическое обеспечение

1. Физическая культура в детском саду. 3-4 года. Пензулаева Л. И. 2024 г.
2. Физическая культура в детском саду. 4-5 года. Пензулаева Л. И. 2024 г.
3. Физическая культура в детском саду. 5-6 года. Пензулаева Л. И. 2024 г.
4. Физическая культура в детском саду. 6-7 года. Пензулаева Л. И. 2024 г.
5. Подвижные игры. Мещерякова О.Н. –С., СГУ, 2000
6. Спортивные игры и упражнения в детском саду. Литвинова О.М. 2010г.
7. Физкультурные праздники в детском саду. Луконина Н.Н., Чадова Л.Е.- М.; Айрис – пресс, 2004
8. Оздоровительные технологии в ДОУ: инновационный аспект. В.Г. Алямовская, М.: Педагогический университет «Первое сентября»,2010
9. Оценка физического и нервно – психического развития детей раннего и дошкольного возраста. Ноткина Н.А., Казьмина Л.И., Бойнович Н.Н.
10. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 2-3 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009
11. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок детей 3-7 лет. Уланова Л.А., Иордан С.О., СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014
12. Подвижные игры на прогулке. Бабенкова Е.А., Параничева Т.М., М.: ТЦ Сфера, 2015
13. Планирование образовательной деятельности и оздоровление в ДОУ в летний период. Тимофеева Л.Л., Деркунская В.А., Грачева Н.И., - Центр педагогического образования, 2014
14. Интеграция в воспитательно-образовательной работе детского сада. Комарова Т.С., Зацепина М.Б., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014
15. Зрительная гимнастика для детей 2-7 лет. Чевычелова Е.А., УЧИТЕЛЬ, 2012
16. Педагогический мониторинг в новом контексте образовательной деятельности. Изучение индивидуального развития детей. Афонькина Ю.А., УЧИТЕЛЬ, 2016
17. Федеральная образовательная программа дошкольного образования