

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 44 общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением  
деятельности по художественно-эстетическому развитию детей  
Красносельского района Санкт-Петербурга**

Принята:

решением педагогического совета:

протокол от

«30» 08 2023 г.

№ 1

С учетом мнения

Совета родителей

протокол от

№ 1

Утверждена:

приказом

заведующего

ГБДОУ детским садом № 44

Красносельского района СПб

от «30» 08 2023

№ 94-ахд

**Рабочая программа  
средней группы (4-5 лет)  
образовательных областей  
Физическое развитие**

Программа разработана:

Ковешниковой Надеждой Владимировной

Санкт-Петербург,

2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

### Оглавление

1.Целевой раздел.....	3
1.1.    Пояснительная записка .....	3
1.2.    Цели и задачи Программы .....	4
1.3.    Принципы и подходы .....	5
1.4.    Планируемые результаты освоения Программы .....	5
1.5.    Организационные подходы к педагогической диагностике .....	6
2 Содержательный раздел .....	8
2.1. Модель организации образовательного процесса.....	8
2.2. Планирование работы по направлению (на учебный год) с учетом времени пребывания детей в образовательной организации .....	9
2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы.....	44
2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников .....	44
3.Организационный раздел .....	48
3.1. Структура реализации образовательной деятельности .....	48
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
3.3 Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания .....	52
3.4. Расписание НОД.....	52
3.5. Календарный план воспитательной работы .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Приложение .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>

# 1.Целевой раздел

## 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию (далее Программа) разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее – ФГОС ДО); приказом Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 г. №31 «О внесении изменения в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155»; с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 № 955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Федеральной образовательной программой дошкольного образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»). Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4.3648-20 (утвержденные постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28), Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28. 01. 2021 г. № 2), иными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Санкт-Петербурга и представляет собой локальный акт образовательного учреждения, созданный на основе Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 44 Красносельского района СПб.

### **Срок реализации Программы 1 год с 01.09.2023. по 31.08.2024.**

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования. Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей. Рабочая программа направлена на создание условий развития ребёнка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующими возрасту видами деятельности (игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно – эстетическое развитие ребёнка); на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Программы, соответствует требованиям ФГОС ДО и включает три основных раздела – целевой, содержательный и организационный.

## **1.2. Цели и задачи Программы**

**Целью** программы является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

### **Задачи:**

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

### **Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:**

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

### **1.3. Принципы и подходы**

1. Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
2. построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования
3. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;  
содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе – взрослые);
4. признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
5. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;  
сотрудничество ДОО с семьей;
6. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
7. формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
8. возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
9. учет этнокультурной ситуации развития детей.

### **1.4. Планируемые результаты освоения Программы**

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

## 1.5. Организационные подходы к педагогической диагностике

**Педагогическая диагностика направлена на изучение:**

- деятельностных умений ребенка;
- его интересов;
- предпочтений;
- склонностей;
- личностных особенностей;

способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками

Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов **позволяет:**

- выявлять особенности и динамику развития ребенка;
- составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы;

своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности

**Педагогическая диагностика индивидуального развития детей** проводится педагогом в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов:

- наблюдения;
- свободных бесед с детьми;
- анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное);
- специальных диагностических ситуаций.

**Специфика** педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения Программы заданы как целевые ориентиры дошкольного образования и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на разных этапах дошкольного детства;
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

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

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

оптимизации работы с группой детей.

**Периодичность проведения педагогической диагностики** определяется дошкольным

образовательным учреждением. Оптимальным является ее проведение **на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы** в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (*стартовая диагностика*) и **на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой** (*заключительная, финальная диагностика*).

При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе.

Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

## **2 Содержательный раздел**

### **2.1. Модель организации образовательного процесса**

Организация деятельности взрослых и детей по реализации и освоению программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса — совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей. Решение образовательных задач осуществляется в виде непрерывной непосредственно образовательной деятельности и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов (прием детей, прогулка, подготовкой ко сну, организация питания и др.). При организации воспитательно-образовательного процесса обеспечивается единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. В соответствии ФГОС ДО. Программа реализуется по комплексно-тематическому принципу построения образовательного процесса, который предполагает объединение содержания деятельности с детьми вокруг определенных тем, событий, праздников Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет легко вводить региональные и культурные компоненты, оптимально организовать образовательный процесс для детей с особыми потребностями, учитывать специфику дошкольного учреждения. Одной теме уделяется не менее одной недели. Оптимальный период изучения темы определяется педагогами в зависимости от индивидуальных и возрастных особенностей детей, специфики их образовательных потребностей и интересов. Тема должна отражаться в подборе материалов, находящихся в группе, и в центрах активности. Образовательная деятельность осуществляется в соответствии с расписанием и учебным планом.



## 2.2. Планирование работы по направлению (на учебный год) с учетом времени пребывания детей в образовательной организации

Месяц: сентябрь

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
			<p>I. Ходьба по "тропинке"-на носках  Игра "Карлики великаны"  Бег змейкой  Ходьба с восстановлением дыхания  II. О.Р.У. с мячами  "Скатай колобок"  Комплекс №1  Основные движения  Прокатывание мячей в прямом направлении и бег за ними  Удары мяча об пол и ловля  II. игра « Наседка и цыплята»  III. Игра малой подвижности "Шишки камешки"</p>		<p>I. Построение-шеренга  Ходьба, высоко поднимая колени, на носках  Прыжки на двух ногах с продвижением вперед  Бег в колонне по кругу  Упражнения на дыхание  II. О.Р.У. Комплекс №1  Основные движения  Ходьба по тонкой рейке гимнастической скамейки  Прыжки из обруча в обруч  II. игра "Мы топая ногами"  III. Игра малой подвижности "По ровненькой дорожке"  Спокойная ходьба по залу.</p>

2 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, пятках, широким шагом Бег змейкой, с захлестом голени, подскоки с ноги на ногу. II. О.Р.У. комплекс №2 Основные движения Ходьба по наклонной доске Лазанье по гимнастической стенке П.игра "Кошка и мышки" III. Игра малой подвижности "Найди где спрятано"</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, пятках, широким шагом Бег в прямом направлении. II. О.Р.У. комплекс №2 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Лазанье по гимнастической стенке П.игра "Кошка и мышки" III. Игра малой подвижности "Найди где спрятано"</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках с движением рук через стороны, ускоряя темп Бег на носках, с заданием II. О.Р.У. комплекс №2 Основные движения Лазанье по гимнастической стенке Метание мяча в горизонтальную цель П.игра "Мышеловка" III. Медленный бег под музыку Спокойная ходьба и упражнения на дыхание.</p>
3 неделя		<p>I. Построение в колонну по росту. Ходьба "мишки", "лиса", "лошадки" Бег врассыпную II. О.Р.У. с обручами комплекс №3 Основные движения Прыжки в длину с места Метание мяча в даль одной рукой П.игра "Лови бросай упасть не давай" III. Ходьба в колонне под музыку</p>	<p>I. Построение в колонну по росту. Ходьба "мишки", "лиса", "лошадки" Бег врассыпную II. О.Р.У. с обручами комплекс №3 Основные движения Прыжки в длину с места Метание мяча в даль одной рукой П.игра "Лови бросай упасть не давай" III. Ходьба в колонне под музыку</p>		<p>I. Построение — шеренга Ходьба на носках, приставными шагами, с высоким подниманием коленей Бег с заданием II. О.Р.У. с обручами комплекс №3 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через предметы Прыжки в длину с места П.игра «Наседка и цыплята» III. Игра малой подвижности Ходьба в колонне по одному за воспитателем</p>

4 неделя		<p>I. Построение в шеренгу по росту Ходьба с высоким подниманием колен, скрестным шагом, с заданием Бег с заданием, подскоки II. О.Р.У. комплекс №4 Основные движения Броски мяча в даль двумя руками через сетку Ходьба по тонкой рейке гимнастической скамейке П.игра "Птички в гнездышках" III. Легкий бег под музыку</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту Ходьба с высоким подниманием колен, скрестным шагом, с заданием Бег без задания II. О.Р.У. комплекс №4 Основные движения Броски мяча в даль двумя руками Ходьба по гимнастической скамейке П.игра "Птички в гнездышках" III. Легкий бег под музыку</p>		<p>I. Построение в рассыпную. Игра "Чья пара быстрее" II. О.Р.У. комплекс № 4 Основные движения Броски мяча через воротки Упражнения в равновесии П.игра "Ровным кругом" III. Игра малой подвижности "Тишина у пруда"</p>
5 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом. Бег с заданием Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. с мячами комплекс №5 Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подлезание под воротки, перелезания через препятствия Игра "Ровным кругом" III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом. Бег с заданием Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. с мячами комплекс №5 Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подлезание под воротки, перелезания через препятствия Игра "Ровным кругом" III. Игра малой подвижности</p>		

**Месяц: октябрь**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени Бег с заданием, подскоки Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У комплекс №6 Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подлезание под воротики, перелезания через препятствия Игра "Цыплята и наседка" III. Игра малой подвижности "Тишина у пруда"</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени Бег с заданием Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. комплекс № 6 Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подлезание под воротики, ходьба по гимнастической скамейке Игра "Цыплята и наседка" III. Медленная ходьба по залу</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом. Бег с остановкой на сигнал, высоко поднимая колени, подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. комплекс № 6 Основные движения Ползание на четвереньках, Подлезание под препятствия Различные виды бега, непрерывный бег Игра "Кошка и мышки" III. Игра малой подвижности «Узнай по голосу»</p>

2 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, пятках, широким шагом Бег змейкой, с захлестом голени, подскоки с ноги на ногу. II. О.Р.У. комплекс №7 Основные движения Броски мяча вверх и ловля, броски мяча об пол Броски мяча друг другу Игра "Мышеловка" III. Игра малой подвижности "Кто ушел"</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, пятках, широким шагом, маленькими шагами Бег змейкой, подскоки с ноги на ногу. II. О.Р.У. комплекс №7 Основные движения Броски мяча вверх и ловля, удары мяча об пол и ловля двумя руками Броски мяча друг другу Игра "Мышеловка" III. Игра малой подвижности "Кто ушел"</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках с движением рук через стороны, ускоряя темп Бег на носках, с заданием II. О.Р.У. комплекс №7 Основные движения Броски мяча вверх ловля, удары мяча об пол, броски мяча друг другу Виды бега, непрерывный бег Игра "Ворона и воробы" III. Медленный бег под музыку</p>
----------	--	--	---	--	--

3 недели		<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба «деревья качаются», "лошадки", "лягушки", "через камешки", бег по кругу(1.5-2мин.), подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №8 Основные движения Ходьба и бег по шнуру с сохранением равновесия, ходьба по шнуру приставными шагами Ходьба с высоким подниманием колен наступая на гимнастические палки, ходьба по дорожкам "здоровья" Игра «Мышеловка»</p> <p>III. Ходьба в колонне под музыку</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба «деревья качаются», "лошадки", "лягушки", "через камешки", бег по кругу(1.5-2мин.), подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №8 Основные движения Ходьба и бег по шнуру с сохранением равновесия, ходьба по шнуру приставными шагами ходьба по дорожкам "здоровья" Игра «Тучки и солнышко»</p> <p>III. Ходьба в колонне под музыку</p>		<p>"Путешествие в лес"</p> <p>I. Ходьба под музыку "паровозики" Игра "Лошадки" Ходьба по кругу в колонне с выполнением упражнений: ходьба приставляя носок к пятке ходьба на пятках ходьба на носках ходьба с хлопками "убей комара" ходьба с наклонами "собери ягоды" прыжки присев- "лягушки" Подскоки с ноги на ногу Легкий бег. Перестроение в круг.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 8 Игровое задание "Прыгни через речку", пройди по «мостику», перелезь через «горку», пролезь в «норку».</p> <p>Игра "Мишка бурый" III. Спокойная ходьба под музыку.</p>
----------	--	--	--	--	---

4 недели		<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба "деревья качаются", "лошадки", "лягушки", "через камешки", бег по кругу(1 мин.), подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания, выполняя упражнения для рук и плечевого пояса.</p> <p>II. Игр. Упр."Позвони в колокольчик"</p> <p>Цель: упражнять в прыжках на двух ногах вверх</p> <p>Прыжки в длину с места</p> <p>Броски мяча в даль</p> <p>Игра «Найди себе пару»</p> <p>III. Игра малой подвижности «Услышь свое имя»</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба "лошадки", "лягушки", "через лужи", бег по кругу(1 мин.), подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания, выполняя упражнения для рук и плечевого пояса.</p> <p>II. Игр. Упр."Позвони в колокольчик"</p> <p>Цель: упражнять в прыжках на двух ногах вверх</p> <p>Прыжки в длину с места</p> <p>Броски мяча в даль двумя руками</p> <p>Игра «Найди себе пару»</p> <p>III. Игра малой подвижности «Услышь свое имя»</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному "паровозики"(руки согнуты в локтях, произносятся "чух-чух"). Ходьба на носках "мышки", на пятках, со сменой ведущего по сигналу. Бег со сменой темпа и направления. Перестроение в три колонны.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 9</p> <p>Основные движения</p> <p>Ползание на животе по гимнастической скамейке подтягиваясь на руках.</p> <p>Ходьба по ребристой доске на носках. Прыжки боком через шнур или «змейку»".</p> <p>Ловля мяча после отскока о стену.</p> <p>Игра «Мишка бурый»</p> <p>III. Игра малой подвижности</p>
----------	--	---	---	---

5 неделя		<p>I. Построение-шеренга.  Ходьба обычная,  "крадучись", пригнувшись,  бег по кругу, врассыпную с  остановкой на сигнал.  Ходьба с восстановлением  дыхания  II. О.Р.У.  Комплекс № 9  Основные движения  Броски мяча вверх и ловля  Передача мяча в парах  Лазанье по гимнастической  стенке одноименным  способом, с переходом на  другой пролет.  Игра "В теплые края"  III. Игра малой  подвижности "Муравей"</p>			
----------	--	---	--	--	--



**Месяц: ноябрь**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя			<p>I . Построение-шеренга  Ходьба с заданием, с остановкой на сигнал, ходьба "крадучись", бег по кругу с изменением направления, темпа по сигналу.  Упражнения на дыхание  II. О.Р.У. Комплекс №10  Основные движения  Броски мяча вверх и ловля  Прокатывание мячей друг другу  Лазанье по гимнастической стенке  Игра "В теплые края"  III. Игра малой подвижности  "Муравей"</p>		<p>I . Построение-шеренга  Ходьба с заданием, с остановкой на сигнал, ходьба "крадучись", бег по кругу с изменением направления, темпа по сигналу.  Упражнения на дыхание  II. О.Р.У. Комплекс №10  Основные движения  Броски мяча вверх и ловля  Прокатывание мячей друг другу  Лазанье по гимнастической стенке  Игра "В теплые края"  III. Игра малой подвижности  "Муравей"</p>

2 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба парами на носках, широким шагом. Бег змейкой и с остановкой на сигнал, в рассыпную.</p> <p>II. О.Р.У. "Котята" комплекс №12          Основные движения          Прыжки в длину с места          Прыжки с высоты          Пряжки через препятствия          Игра "Найди свой домик»</p> <p>III. Ходьба в колонне под музыку</p>	<p>I. Построение-шеренга. Ходьба с высоким подниманием колен, приставными шагами, в приседе. Бег с остановкой на сигнал, подскоки.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №11          Основные движения          Работа с мячами в парах          Работа с мячами (броски и ловля, ловля при отскоке, удары мяча о стену (свободное время с мячами)          Игра "Ловишки" " (водящий воспитатель)</p> <p>III. Медленный бег под музыку</p>		<p>I. Построение-шеренга. Ходьба с высоким подниманием колен, приставными шагами, в приседе. Бег с остановкой на сигнал, подскоки.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №11          Основные движения          Работа с мячами в парах          Работа с мячами (броски и ловля, ловля при отскоке, удары мяча о стену (свободное время с мячами)          Игра "Ловишки" " (водящий воспитатель)</p> <p>III. Медленный бег под музыку</p>
----------	--	--	---	--	---

3 недели		<p>I. Построение в шеренгу по росту Ходьба в колонне по одному, при ходьбе выполняя упражнения для мышц плечевого пояса. Бег с заданием, подскоки II. О.Р.У. О.Р.У. музыкально-ритмический комплекс Основные движения Метание мяча в даль Прыжки через препятствия боком, с продвижением вперед. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. Игра "Совушка" III. Спокойная ходьба по залу, дыхательные упражнения.</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба с высоким подниманием колен, широким шагом, скрестным шагом. Бег, боковой галоп, подскоки, бег с заданием. II. О.Р.У "Котята" комплекс №12 Основные движения Прыжки с высоты Прыжки в длину с места Прыжки через препятствия на двух ногах Игра "Успей взять" III. Упражнения для восстановления дыхания, спокойная ходьба по залу.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба с высоким подниманием колен, широким шагом, скрестным шагом. Бег, боковой галоп, подскоки, бег с заданием. II. О.Р.У. "Котята" комплекс №12 Основные движения Прыжки с продвижением вперед Прыжки через препятствия на двух ногах Прыжки в высоту с ноги на ногу Игра "Успей взять" III. Упражнения для восстановления дыхания, спокойная ходьба по залу.</p>
----------	--	---	---	--	---

4 неделя		<p>I. Построение колонна. Ходьба в колонне по 1 на носках, "змейкой", бег змейкой.  II. О.Р.У. комплекс № 13  Основные движения  Прокатывание мячей друг другу  Ползания на четвереньках по гимнастической скамейке  Игра «Разноцветные домики»  III. Спокойная ходьба по залу</p>	<p>I. Построение в рассыпную.  Игра "Чья пара быстрее"  Игра "Догони свою пару"  II. О.Р.У. с обручами комплекс №12  Основные движения  Метание мячей в даль  Прыжки через препятствия боком, с продвижением вперед  Упражнения на гимнастической скамейке.   Игра "Совушка"  III. Игра малой подвижности</p>		<p>I. Построение в рассыпную.  Игра "Чья пара быстрее"  Игра "Догони свою пару"  II. О.Р.У. О.Р.У. с обручами комплекс №12  Основные движения  Метание мячей в даль  Прыжки через препятствия боком, с продвижением вперед  Подтягивание по гимнастической скамейке на животе   Игра "Совушка"  III. Игра малой подвижности</p>
5 неделя		<p>I Построение колонна. Ходьба в колонне по 1 на носках, "змейкой", бег змейкой.  II. О.Р.У. комплекс № 13  Основные движения  Прокатывание мячей друг другу  Ползания на четвереньках по гимнастической скамейке  Игра «Разноцветные домики»  III. Спокойная ходьба по залу</p>	<p>I. Построение-колонна  Ходьба на носках, пятках, широким шагом, с высоким подниманием колен, бег по кругу, подскоки.  II. О.Р.У. комплекс №13  Основные движения  Работа с мячами: броски в даль, удары мяча об пол и ловля при отскоке, прокатывание в прямом направлении.  Игра "Ловишки" (водящий воспитатель)  III. Игра малой подвижности</p>		

**Месяц: декабрь**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение-шеренга. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, с упражнениями для мышц плечевого пояса. Бег со сменой направления, враспынную. Ходьба с восстановлением дыхания</p> <p>II. О.Р.У. с мячами комплекс № 14</p> <p>Основные движения Прыжки в длину с места Метание мячей в даль Прыжки с высоты Игра «Караси и щука»</p> <p>III. Игровой самомассаж.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Ходьба крадучись, ходьба на пятках. Бег "самолеты", боковой галоп. Ходьба с восстановлением дыхания</p> <p>II. О.Р.У. с мячами комплекс № 14</p> <p>Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подлезание в воротики Прокатывание мячей друг другу Игра «Караси и щука»</p> <p>III. Упражнение на дыхание, пальчиковая гимнастика.</p>		<p>I. Построение-шеренга. Ходьба крадучись, на пятках. Бег "самолеты", боковой галоп. Ходьба с восстановлением дыхания</p> <p>II. О.Р.У. с мячами комплекс № 14</p> <p>Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подлезание в воротики Прокатывание мячей друг другу Игра «Совушка»</p> <p>III. Упражнение на дыхание, пальчиковая гимнастика.</p>

2 неделя		<p>I. Построение-шеренга  Ходьба со сменой направления, скрестным шагом  Бег с захлестом голени, боковой галоп.  II.О.Р.У. комплекс № 15  Основные движения  Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет  Ходьба с сохранением равновесия по уменьшенной площади поверхности  Игра « Ослик и подковка»  III. Пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж.</p>	<p>I. Построение-колонна, перестроение в две колонны  Ходьба парами, врассыпную.  Игра "Найди свою пару".  Бег парами по кругу. Игра "встаньте в пары"  II. О.Р.У. комплекс № 15  Основные движения  Ходьба по уменьшенной площади поверхности  перешагивая через предметы с сохранением равновесия.  Лазание по гимнастической стенке одноименным способом  Игра« Ослик и подковка»  III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение в шеренгу, перестроение парами. Ходьба парами по кругу. Ходьба в чередовании с бегом и прыжками вперед.  Непрерывный бег до 1-1,5 минут. Ходьба с восстановлением дыхания.  II. О.Р.У. комплекс № 15  Основные движения  Бег, ходьба, прыжки из обруча в обруч, через препятствия  Ходьба с сохранением равновесия по тонкой рейке гимнастической скамейки.  Игра « Ослик и подковка»  III.Игра малой подвижности.</p>
----------	--	--	--	---

3 неделя		<p>I. Построение шеренга. Ходьба чередовании с прыжками на месте и в движении. Бег в чередовании с ходьбой и прыжками на месте, подскоки. Игра "Лошадки" II. О.Р.У. комплекс № 16 Основные движения Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через предметы. Ходьба с высоким подниманием колен, наступая на гимнастические палки Прыжки в длину через препятствия Игра «Лиса и зайцы» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Перестроение в две колонны. Ходьба в колонне по одному на носках, с высоким подниманием колена. Бег в чередовании с прыжками на месте, с преодолением препятствий. Перестроение в три колонны. II. О.Р.У. комплекс № 16 Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Ходьба по дорожкам здоровья Прыжки баком через препятствия Игра «Лиса и зайцы» III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение-шеренга. Перестроение в две колонны. Ходьба в колонне по одному на носках, с высоким подниманием колена. Бег с преодолением препятствий. Перестроение в три колонны. II. О.Р.У. комплекс № 16 Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Прыжки с ноги на ногу через препятствия Игра «Лиса и зайцы» III. Игра малой подвижности.</p>
4 неделя		<p>I. Построение-шеренга. Игра "Зайка" Ходьба "по тропинке", бег врассыпную. Ходьба на носках, скрестным шагом, широким шагом. Бег в чередовании с ходьбой, с прыжками на месте, с преодолением препятствий. II. О.Р.У. Музыкально-ритмический хоровод «Елочка» Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через кубики Бег змейкой между кубиками Игра «Новогодние музыкальные игры» III. Игра малой подвижности.</p>			<p>I. Построение-шеренга. Игра "Зайка" Ходьба "по тропинке", бег врассыпную. Ходьба на носках, скрестным шагом, широким шагом. Бег в чередовании с ходьбой, с прыжками на месте, с преодолением препятствий. II. Музыкально-ритмический хоровод «Новогодний» Новогодние эстафеты и игры</p>

**Месяц: январь**

	Понедель- ник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
2 неделя		<p>I. Построение-шеренга. Ходьба с высоким подниманием колен, приставными шагами, в приседе. Бег с остановкой на сигнал, подскоки.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 19</p> <p>Основные движения</p> <p>Ходьба с сохранением равновесия по уменьшенной площади поверхности</p> <p>Метание мяча в даль</p> <p>Игра «Мы веселые ребята»</p> <p>III. Медленный бег под музыку.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Ходьба с высоким подниманием колен, приставными шагами, в приседе. Бег с остановкой на сигнал, подскоки.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 19</p> <p>Основные движения</p> <p>Ходьба с сохранением равновесия по уменьшенной площади поверхности</p> <p>Метание мяча в даль</p> <p>Игра «Мы веселые ребята»</p> <p>III. Медленный бег под музыку</p>		<p>I. Построение-шеренга. Ходьба парами на носках, широким шагом. Бег змейкой и с остановкой на сигнал, с заданием.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 19</p> <p>Основные движения</p> <p>Лазание по гимнастической стенке</p> <p>Передача мяча в парах</p> <p>Игра «Мы веселые ребята»</p> <p>III. Ходьба в колонне под музыку, пальчиковая гимнастика.</p>



3 недели		<p>I. Построение-колонна. Ходьба с высоким подниманием колен, широким шагом, имитация шага лыжника. Бег, боковой галоп, подскоки, бег с заданием.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 19 <b>Основные движения</b> Передача мяча в парах разными способами Ходьба по тонкой рейке гимнастической скамейки Игра «Лиса и зайцы»</p> <p>III. Упражнения для восстановления дыхания.</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба с высоким подниманием колен, широким шагом, имитация шага лыжника. Бег, боковой галоп, подскоки, бег с заданием.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 19 <b>Основные движения</b> Элементы игры в хоккей Ведение шайбы в прямом направлении Передача шайбы в парах друг-другу, руками (скольжение по полу) Игра «Мороз красный нос»</p> <p>III. Упражнения для восстановления дыхания.</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту Ходьба в колонне по одному, при ходьбе выполняя упражнения для мышц плечевого пояса. Бег с заданием, подскоки</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №19 <b>Основные движения</b> Элементы игры в хоккей Ведение шайбы в прямом направлении Передача шайбы в парах друг-другу, руками (скольжение по полу) Игра «Мороз красный нос»</p> <p>III. Спокойная ходьба по залу с остановкой на сигнал.</p>
----------	--	--	---	--

	<p>I.. Построение-колонна. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом.  Бег с заданием, бег в чередовании с прыжками, бег змейкой  Ходьба с восстановлением дыхания  II. О.Р.У. с клюшками № 20  <b>Основные движения</b>  Упражнения на равновесие  Броски мяча друг другу  Передача шайбы в парах  Забей шайбу в ворота  Игра «Мороз красный нос»  III. Игра малой подвижности .</p>	<p>I.. Построение-колонна. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом.  Бег с заданием, бег в чередовании с прыжками, бег змейкой  Ходьба с восстановлением дыхания  II. О.Р.У. с клюшками № 20  Основные движения  Передача шайбы в парах  Забей шайбу в ворота  Игра «Два Мороза»  III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-шеренга. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом.  Бег с остановкой на сигнал, высоко поднимая колени, подскоки.  Ходьба с восстановлением дыхания  II. О.Р.У. с клюшками № 20  Основные движения  Передача шайбы в парах  Забей шайбу в ворота  Игра «Два Мороза»  III. Медленный бег под музыку</p>
--	---	---	--

Месяц: февраль

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница (на улице)
1 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, пятках, широким шагом Бег змейкой, с захлестом голени, подскоки с ноги на ногу. II. О.Р.У. комплекс № 21 <b>Основные движения</b> Подлезание под натянутый канат (воротики) Прыжки в высоту на двух ногах Упражнения на равновесие Игра «Мороз- красный нос» III. Спокойная ходьба на носках, упр. на дыхание.</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, пятках, широким шагом Бег змейкой, с захлестом голени, подскоки с ноги на ногу. II. О.Р.У. комплекс № 21 <b>Основные движения</b> Подлезание под натянутую веревку (воротики) Прыжки в высоту на двух ногах Упражнения на равновесие Игра «Мороз – красный нос» III. Спокойная ходьба на носках, упр. на дыхание.</p>		<p>Построение-колонна. Ходьба на носках с упражнениями для рук. Бег на носках, с заданием, подскоки О.Р.У. Прыжки с продвижением вперед на двух ногах. Игра «Гуси-гуси»</p>
2 неделя		<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба, "лошадки", "лягушки", "через камешки», со сменой положения рук, бег с остановкой на сигнал, ходьба с восстановлением дыхания. II. О.Р.У. комплекс №22 Основные движения Прямой и боковой галоп, подскоки Лазание по гимнастической стенке Работа с мячами Игра «Гуси-гуси» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба, "лошадки", "через камешки", со сменой положения рук, бег с остановкой на сигнал, ходьба с восстановлением дыхания. II. О.Р.У. комплекс №22 Основные движения Прямой и боковой галоп, подскоки Лазание по гимнастической стенке Работа с мячами Игра «Гуси-гуси» III. Игра малой подвижности.</p>		<p>Построение-шеренга. Игра "На свои места", ходьба с высоким подниманием колена, с остановкой на сигнал, бег О.Р.У. Основные движения Упражнения в равновесии «Пройди не оступись», ходьба по прямой Игра «Гуси-гуси»</p>

3 недели	<p>I. Построение-шеренга. Игра «По местам»  Ходьба в колонне по одному "паровозики"(руки согнуты в локтях, Ходьба на носках "мышки", на пятках,. Бег с остановкой на сигнал  Перестроение в три колонны.  II. О.Р.У. комплекс № 23  Основные движения.  Работа с мячами в парах  Броски мяча из-за головы в даль  Бег змейкой  Игра «Совушка»  III. Игра малой подвижности, упражнения на дыхание.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Игра «По местам!» Ходьба змейкой, бег подскоки врассыпную. Ходьба с высоким подниманием колен «Лошадки».  II.О.Р.У. комплекс № 23  Основные движения  Ходьба по дорожке, прыжки через кочки, пролезание в воротики   Игра «Воробьи и ворона»  III. Игра малой подвижности</p>	<p>Построение-в рассыпную. Игра "Найди себе пару"  Ходьба по кругу, бег врассыпную. Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через "брёвнышки  О.Р.У.  Эстафеты с клюшкой и шайбой  Игра «Воробьи и ворона»</p>
----------	--	---	---

4 недели	<p>I. Построение-шеренга. Игра "Найди себе пару"  Ходьба "по тропинке", бег врассыпную. Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через "брёвнышки", перепрыгивая через овражки.  П.О.Р.У. комплекс № 23  Основные движения  Ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой  Прыжки с мячом зажатым между коленей  Броски мяча в даль двумя руками из-за головы  Игра «Воробьи и ворона»  III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-шеренга. Игра «По местам!»  Ходьба "по тропинке", бег врассыпную.  Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через "брёвнышки", перепрыгивая через овражки.  П.О.Р.У. комплекс № 24  Основные движения  Игры-эстафеты  «Веселый пингвин»  «Перенеси предмет»  «Проведи шайбу»  «Перекажи ком»  III. Игра малой подвижности</p>	<p>Построение Игра «По местам»  Ходьба, с заданием, бег, подскоки врассыпную. Ходьба с высоким подниманием колен  О.Р.У.  Игра «Мороз красный нос»  Игра «Воробьи и ворона»  Игра «Ледяная фигура»  <b>Как мороз ударит</b> — <i>(Сжимают пальцы в кулак и разводят)</i>  <b>Все скучёт на раз</b>  <b>И фигурой ледяной</b> <i>(Качают головой из стороны)</i>  <b>Станем мы сейчас.</b>  <b>Мороз ударил — раз!</b>  <b>Мороз ударил — два!</b>  <b>Мороз ударил — три!</b> <i>(Хлопают в ладоши (3 раза).)</i>  <b>Ледяная фигура замри!</b> <i>(Дети принимают различные позы.)</i>  Ведущий говорит: «Солнце припекает, ледяные фигуры тают»</p>
----------	---	--	---

**Месяц: март**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение парами. Ходьба и бег парами. Ходьба широким и мелким шагом.</p> <p>II. О.Р.У. Комплекс № 24 с обручами</p> <p>Основные движения</p> <p>Прыжки в длину с места</p> <p>Прокатывание мячей друг другу</p> <p>Игра "Воробьи и ворона"</p> <p>III. Игра малой подвижности</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба по кругу на носках "мышки", обычная, вразвалочку, бег по кругу и враспынную.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №24 с обручами</p> <p>Основные движения</p> <p>Ходьба с сохранением равновесия</p> <p>Прыжки на 2 ногах с продвижением вперед</p> <p>Прыжки с высоты</p> <p>Подвижная игра "Воробьи и ворона"</p> <p>III. Упражнения на дыхание.</p>	<p>I. Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, враспынную.</p> <p>II.О.Р.У. комплекс №25</p> <p>Основные движения</p> <p>Прыжки в длину с места</p> <p>Броски мяча в верх, в даль и о пол.</p> <p>Прокатывание мячей друг другу</p> <p>Игра "Воробьи и ворона"</p> <p>III. Игра малой подвижности</p>

2 неделя			<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, прыжки в приседе "лягушки", бег "птички" II. О.Р.У. с кубиками комплекс №26 Основные движения Ползание по гимнастической скамейке Ходьба с высоким подниманием колена перешагивая через предметы. Игра «Ловишка с мячом» III. Пальчиковая гимнастика.</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, прыжки на двух ногах, бег II. О.Р.У. с кубиками комплекс №26 Основные движения Лазание по гимнастической стенке Ползание по гимнастической скамейке Ходьба с высоким подниманием колена перешагивая через предметы. Игра «Ловишка с мячом» III. Пальчиковая гимнастика.</p>
3 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег "снежинки" в рассыпную, по кругу II. О.Р.У. комплекс №26 Основные движения Лазание по гимнастической стенке Подлезание под шнур или в воротники не касаясь руками пола Игра «найди свой домик» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без. II. О.Р.У. с шишками комплекс №27 Основные движения Ползание на четвереньках Ходьба по шнуру Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра «Мышеловка» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без. II. О.Р.У. с шишками комплекс №27 Основные движения Ползание на четвереньках Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра «Мышеловка» III. Игра малой подвижности</p>

4 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", на полусогнутых ногах "гуси", бег "воробушки". II. О.Р.У. комплекс №27 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки в длину с места Игра «Ослик и подковка» III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", на полусогнутых ногах "гуси", бег "воробушки". II. О.Р.У. комплекс №27 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки в длину с места Игра «Волк и зайцы» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Игра "Найди пару" Ходьба "по тропинке", бег враспынную. Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через "брёвнышки", перепрыгивая через овражки. II. О.Р.У. муз. композиция. или комплекс № 30 Лазание по гимнастической стенке Метание мяча в вертикальную цель Игра «Ослик и подковка» III. Игра малой подвижности.</p>
----------	--	---	--	---	--



Месяц: апрель

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя					I. Построение-шеренга. Ходьба со сменой направления Бег с заданием. Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. комплекс № 25 Основные движения Передача мяча в парах Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке Игра «Ослик и подковка» III. Пальчиковая гимнастика.

2 недели		<p>I. Построение-шеренга. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом, с поворотом на сигнал.  Бег в колонне в сочетании со сменой направления  Ходьба с восстановлением дыхания  II. О.Р.У. комплекс № 26 с мячами  Основные движения  Ходьба по наклонной доске  С перелезанием на гимнастическую стенку  Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках  Игра "Ослик и подковка"  III. Спокойная ходьба по залу.</p>	<p>I Построение-шеренга. Ходьба на носках, высоко поднимая колени, с поворотом на сигнал.  Бег в колонне  Ходьба с восстановлением дыхания  II. О.Р.У.  Подскоки с ноги на ногу, прямой галоп, прыжки через препятствия.   Игра "Ослик и подковка".</p>	<p>I. Построение-шеренга. Ходьба на носках, пятках, высоко поднимая колени, скрестным шагом.  Бег с остановкой на сигнал, высоко поднимая колени, подскоки.  Ходьба с восстановлением дыхания  II. О.Р.У. комплекс № 26 с мячами  Основные движения  Метание мячей в цель  Равновесие: ходьба по уменьшенной площади поверхности преодолевая препятствия.  Игра "Ослик и подковка"  III. Медленный бег под музыку</p>
----------	--	--	---	---

3 неделя		<p>I. Построение-шеренга  Ходьба на носках, пятках, широким шагом, с заданием  Бег медленный по сигналу  остановка, присесть.  II. О.Р.У. комплекс № 27  Основные движения  Прыжки в длину с места  Ходьба по уменьшенной площади поверхности перешагивая через препятствия  Игра "Совушка"  Цель: развивать внимание и быстроту реакции, наблюдательность  III. Упражнения для мышц стопы.</p>	<p>I. Построение-шеренга  Ходьба широким шагом, с заданием  Бег медленный по сигналу  остановка, , присесть.  II. О.Р.У.  Прыжки в длину с места  Ходьба перешагивая через препятствия  Прыжки через шнур  Игра "Совушка"  III. Упражнения на дыхание.</p>	<p>I. Построение-шеренга.  Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен.  Бег на носках, с заданием  II. О.Р.У. комплекс № 27  Основные движения  Метание в вертикальную цель  Прыжки через препятствия с продвижением вперед  Игра "Совушка"  Цель: развивать внимание и быстроту реакции, наблюдательность  III. Упражнения на дыхание.</p>
4 неделя		<p>I.  II. О.Р.У. комплекс № 28  Основные движения  Метание малого мяча в вертикальную цель  Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через предметы разложенные на скамейке.  Игра «Караси и щука»  III. Игра малой подвижности.</p>	<p>. Построение в шеренгу по росту.  Ходьба с заданием имитация движений животных, бег по кругу(1.5 мин.), подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания  II О.Р.У.  Ходьба и прыжки я через предметы  Игра «Караси и щука»  III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение шеренга, ходьба на носках, высоко поднимая колени, приставные шаги, бег, боковой галоп, подскоки.  II. О.Р.У. . комплекс № 28  Основные движения  Броски мяча в верх и ловля  Удары мяча о пол и о стену и ловля при отскоке  Свободная деятельность с мячами  Игра «Караси и щука»  III. Упражнения для мышц стопы, медленный бег.</p>

5 неделя		<p>I. Построение-шеренга. Игра "На свои места" Ходьба в парах в чередовании с ходьбой врассыпную. Бег в парах в чередовании с бегом врассыпную. Перестроение в три колонны. II. О.Р.У. комплекс № 29 Основные движения Работа с мячами броски и ловля удары мяча о пол и о стену Передача мяча в парах Игра "Горелки" III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Игра "На свои места" Ходьба в парах в чередовании с ходьбой врассыпную. Бег в парах в чередовании с бегом врассыпную. II. О.Р.У. комплекс № 29 Основные движения Работа с мячами броски и ловля удары мяча о пол и о стену  Передача мяча в кругу Игра "Горелки»" III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-парами. Игра "Найди пару" Ходьба "по тропинке" парами, бег врассыпную. Ходьба с высоким подниманием колен, спиной вперед, бег парами. Игра "Догони свою пару" II.О.Р.У. комплекс 29 Основные движения Прыжки через обруч Броски мяча в даль одной рукой Передача мяча в парах Игра "Горелки" III. Упражнения на дыхание.</p>
----------	--	--	--	---

Месяц: май

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя					<p>I. Построение-шеренга. Ходьба со сменой направления Бег высоко поднимая колени, спиной вперед с заданием. Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. с мячами комплекс № 29 Основные движения Передача мяча в парах Равновесие Игра "Кот и мыши" III. Пальчиковая гимнастика.</p>
2 неделя		<p>Построение-парами, ходьба на носках, скрестным шагом, присидя Бег широким шагом, в парах взявшись за руки Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. с мячами комплекс № 29 Основные движения Передача мяча в парах Прыжки на двух ногах Игра «Пятнашки с мячом» III. Медленный бег под музыку.</p>	<p>Построение-парами, ходьба на носках, скрестным шагом, присидя Бег широким шагом, в парах взявшись за руки Ходьба с восстановлением дыхания II. О.Р.У. с мячами комплекс № 29 Основные движения Передача мяча в парах Прыжки на двух ногах Игра «Пятнашки с мячом» III. Медленный бег под музыку.</p>		<p>I. Построение-шеренга Ходьба широким шагом и мелким шагом, присидя, на четвереньках Бег змейкой, с захлестом голени, подскоки с ноги на ногу. II.О.Р.У. комплекс № 30 Основные движения Метание мяча в даль Прыжки на скакалке Игра"Воробьи и ворона" III. Ходьба по кругу взявшись за руки</p>

3 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках с движением рук через стороны, ускоряя темп Бег на носках, с заданием II. О.Р.У. комплекс № 30 Основные движения Метание малого мяча в даль Прыжки через обруч Игра «Кот и мыши» III. Пальчиковая гимнастика</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба по кругу в чередовании с ходьбой врассыпную, полуприсидя. Бег с изменением темпа, широким и мелким шагом. . Ходьба с восстановлением дыхания. II. О.Р.У. комплекс № 31 Основные движения Метание мяча в даль Прыжки через обруч Игра «Кот и мыши» III. Упражнения на дыхание</p>	<p>I. Построение шеренга, ходьба на носках, пятках, врассыпную. Бег с изменением темпа, боковой галоп, змейкой. II. О.Р.У. музыкально-ритм. "Песенка друзей" Основные движения Прыжки через обруч Прыжки через шнур, подскоки с ноги на ногу Игра «Совушка» III. Игра малой подвижности</p>
4 неделя		<p>I. Построение-шеренга. Ходьба со сменой ведущего по сигналу широким шагом, высоко поднимая колени. Бег со сменой темпа и направления, боковой галоп, подскоки. Перестроение в три колонны. II. О.Р.У. комплекс № 31 Основные движения Метание мячей в даль Упражнения на равновесие с заданием Игра «Караси и щука» III. Медленный бег под музыку.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Игра "Найди пару" Ходьба "по тропинке", бег врассыпную. Ходьба с высоким подниманием колен, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, ползание на высоких четвереньках. Бег непрерывный до 1,5 минут. II. О.Р.У. комплекс № 32 Основные движения Прокатывание обручей друг-другу Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед Игра «Караси и щука» III. Пальчиковая игра.</p>	<p>I. Построение-шеренга. Игра "Найди пару" Ходьба "по тропинке", бег врассыпную. Ходьба с высоким подниманием колен, прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Бег непрерывный до 1,5 минут. II. О.Р.У. комплекс № 32 Основные движения Прокатывание обручей друг-другу Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед Виды бега Игра «Гуси-гуси» III. Ходьба по кругу взявшись за руки</p>

**Месяц июнь**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение-шеренга, Ходьба обычная, присидя, на полусогнутых, скрестным шагом, бег змейкой, медленный</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №31</p> <p>Основные движения</p> <p>Виды ходьбы и бега</p> <p>Преодоление препятствий: ползание, подлезание</p> <p>Игра "Бездомный заяц"</p> <p>III. Пальчиковая гимнастика</p>	<p>I. Построение-шеренга, повороты на месте, ходьба на носках, скрестным шагом, спиной вперед, бег обычный, приставные шаги, подскоки</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 31</p> <p>Основные движения</p> <p>Работа с мячами, броски и ловля в парах</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через препятствия</p> <p>Игра "Мышеловка"</p> <p>III. Спокойная ходьба с заданием.</p>		<p>I. Построение-шеренга, повороты на месте, ходьба на носках, скрестным шагом, спиной вперед, бег обычный, приставные шаги, подскоки</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 31</p> <p>Основные движения</p> <p>Работа с мячами, броски и ловля в парах</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через препятствия</p> <p>Игра "Мышеловка"</p> <p>III. Спокойная ходьба с заданием.</p>
2 неделя		<p>I. Построение-шеренга, ходьба высоко поднимая колени, с хлопком по пятке, присидя, бег с захлестом голени, по сигналу врасыпную, с заданием</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №32</p> <p>Основные движения</p> <p>Равновесие</p> <p>Броски мяча через веревку</p> <p>Игра "Кто быстрее"</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение шеренга, ходьба на носках, на пятках, на полусогнутых, на четвереньках, бег широким и мелким шагом</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №32</p> <p>Основные движения</p> <p>Лазание по гимнастической стенке</p> <p>Метание малого мяча на дальность</p> <p>Игра "Кот и мыши"</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение-шеренга, ходьба вразвалочку, на высоких четвереньках, на полусогнутых, бег с заданием, боковой галоп</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №32</p> <p>Основные движения</p> <p>Виды бега</p> <p>Пролезание в обруч</p> <p>Перелезание через препятствия</p> <p>Лазание по гимнастической стенке</p> <p>Игра "Бездомный заяц"</p> <p>III. Медленный бег, упражнение на дыхание</p>

3 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег врассыпную, по кругу II. О.Р.У. комплекс № 33 Основные движения Равновесие Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Прыжки с высоты Игра "Хитрая лиса" III. Медленный бег под музыку</p>	<p>I. Построение-шернга по росту, игра "На свои места", ходьба выпадами, с притопом, змейкой, бег на носках, со сменой темпа, по сигналу парами. II. О.Р.У. комплекс №33 Основные движения Броски мяча одной рукой через веревку Прыжки через препятствия на двух ногах Равновесие Игра "Кто быстрее" III. Медленный бег, упражнения на дыхание</p>	<p>I. Построение-шернга по росту, игра "На свои места", ходьба выпадами, с притопом, змейкой, бег на носках, со сменой темпа, по сигналу парами. II. О.Р.У. комплекс №33 Основные движения Броски мяча одной рукой через веревку Прыжки через препятствия на двух ногах Равновесие Игра "Кто быстрее" III. Медленный бег, упражнения на дыхание</p>
4 неделя		<p>I. Построение шеренга, ходьба на носках, пятках, врассыпную. Бег с изменением темпа, боковой галоп, змейкой. II. О.Р.У. комплекс № 34 Основные движения Прыжки в длину с места Прыжки на скакалке Виды бега Игра «Ослик и подковка» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без. II. О.Р.У. с шишками комплекс № 34 Основные движения Подлезание под препятствие Броски мяча двумя руками через шнур Прыжки в длину с места Игра "Хитрая лиса" III. Игра малой подвижно</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без. II. О.Р.У. № 34 Основные движения Подлезание под препятствие Броски мяча двумя руками через шнур Прыжки в длину с места Игра «Хитрая лиса» III. Игра малой подвижности</p>



5 неделя		<p>I.. Построение-шеренга, Ходьба обычная, присидя, на полусогнутых, скресным шагом, бег змейкой, медленный</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №31</p> <p>Основные движения</p> <p>Виды ходьбы и бега</p> <p>Преодоление препятствий: ползание, подлезание</p> <p>Игра "Бездомный заяц"</p> <p>III. Пальчиковая гимнастика</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба с заданием имитация движений животных, бег по кругу (1.5 мин.), подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 34</p> <p>Основные движения</p> <p>Метание малого мяча в вертикальную цель</p> <p>Ходьба перешагивая через препятствия</p> <p>Игра «Караси и щука»</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение в шеренгу по росту. Ходьба с заданием имитация движений животных, бег по кругу (1.5 мин.), подскоки. Ходьба с восстановлением дыхания.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 34</p> <p>Основные движения</p> <p>Метание мяча в вертикальную цель</p> <p>Ходьба по бревнам</p> <p>Игра «Караси и щука»</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>
----------	--	--	---	---

**Месяц: июль**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение-шеренга, Ходьба обычная, присидя, на полусогнутых, скрестным шагом, бег змейкой, медленный</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №35</p> <p>Основные движения</p> <p>Виды ходьбы и бега</p> <p>Преодоление препятствий: ползание, подлезание</p> <p>Игра "Бездомный заяц"</p> <p>III. Пальчиковая гимнастика</p>	<p>I. Построение шеренга, ходьба на носках, на пятках, на полусогнутых, на четвереньках, бег широким и мелким шагом</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №35</p> <p>Основные движения</p> <p>Лазание по гимнастической стенке</p> <p>Метание малого мяча на дальность</p> <p>Игра "Кот и мыши"</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение-шеренга, повороты на месте, ходьба на носках, скрестным шагом, спиной вперед, бег обычный, приставные шаги, подскоки</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 35</p> <p>Основные движения</p> <p>Работа с мячами, броски и ловля в парах</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через препятствия</p> <p>Игра "Мышеловка"</p> <p>III. Спокойная ходьба с заданием.</p>

2 неделя		<p>I. Построение-шеренга, ходьба высоко поднимая колени, с хлопком по пятке, присидя, бег с захлестом голени, по сигналу врассыпную, с заданием</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №36</p> <p>Основные движения</p> <p>Равновесие</p> <p>Броски мяча через веревку</p> <p>Игра "Кто быстрее"</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-шеренга по росту, игра "На свои места", ходьба выпадами, с притопом, змейкой, бег на носках, со сменой темпа, по сигналу парами.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №36</p> <p>Основные движения</p> <p>Броски мяча одной рукой через веревку</p> <p>Прыжки через препятствия на двух ногах</p> <p>Равновесие</p> <p>Игра "Кто быстрее"</p> <p>III. Медленный бег, упражнения на дыхание</p>	<p>I. Построение-шеренга, ходьба вразвалочку, на высоких четвереньках, на полусогнутых, бег с заданием, боковой галоп</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №36</p> <p>Основные движения</p> <p>Виды бега</p> <p>Пролезание в обруч</p> <p>Перелезание через препятствия</p> <p>Лазание по гимнастической стенке</p> <p>Игра "Бездомный заяц"</p> <p>III. Медленный бег, упражнение на дыхание</p>
3 неделя		<p>I. Построение-колонна</p> <p>Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег врассыпную, по кругу</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 33</p> <p>Основные движения</p> <p>Равновесие</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p> <p>Прыжки с высоты</p> <p>Игра «Хитрая лиса»</p> <p>III. Медленный бег под музыку</p>		<p>I. Построение-шеренга по росту, игра "На свои места", ходьба выпадами, с притопом, змейкой, бег на носках, со сменой темпа, по сигналу парами.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №32</p> <p>Основные движения</p> <p>Броски мяча одной рукой через веревку</p> <p>Прыжки через препятствия на двух ногах</p> <p>Равновесие</p> <p>Игра «Кто быстрее»</p> <p>III. Медленный бег, упражнения на дыхание</p>

### 2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы

Физическое развитие	
Прием детей на воздухе в теплое время года Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта) Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке; обширное умывание, воздушные ванны) Физкультминутки на НОД Спортивные праздники Веселые старты Папа, мама, я спортивная семья Двигательная активность на прогулке Подвижные и спортивные игры	Гимнастика после сна Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне по массажным коврикам и дорожкам здоровья) Физкультурные досуги, игры и развлечения Самостоятельная двигательная деятельность Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений) Подвижные и спортивные игры

### 2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников

#### Основные цели и задачи

**Цель:** обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов. Обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

#### Основные цели и задачи

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам

воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;

- знакомство педагогов и родителей с опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

#### Формы сотрудничества ДООУ и семьи

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания

<b>Содержание направлений деятельности педагогического коллектива по построению взаимодействия</b>		
<b>диагностико-аналитическое</b>	<b>просветительское</b>	<b>консультационное</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<p>получение и анализ данных:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о семье каждого обучающегося;</li> <li>– о запросах семьи в отношении охраны здоровья и развития ребенка;</li> <li>– об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей);</li> <li>– планирование работы с семьей с учетом результатов проведенного анализа;</li> <li>– согласование воспитательных задач</li> </ul>	<p>просвещение родителей (законных представителей) по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенностей психофизиологического и психического развития детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;</li> <li>– выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста;</li> <li>– ознакомление с актуальной информацией о государственной политике в области дошкольного образования, включая информирование о мерах господдержки семьям с</li> </ul>	<p>консультирование родителей (законных представителей) по вопросам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– их взаимодействия с ребенком;</li> <li>– преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с особыми образовательными потребностями в условиях семьи;</li> <li>– особенностей поведения и взаимодействия ребенка со сверстниками и педагогом;</li> <li>– возникающих проблемных ситуациях;</li> </ul>

	детьми дошкольного возраста; – информирование об особенностях реализуемой образовательной программы; – условиях пребывания ребенка в группе; – содержании и методах образовательной работы с детьми	– о способах воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми раннего и дошкольного возрастов; – о способах организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другому
--	--	--

### Формы сотрудничества ДООУ и семьи

Направления взаимодействия	Формы взаимодействия
<b>Изучение семьи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседы (администрация, педагоги, специалисты)</li> <li>• Наблюдение</li> <li>• Анкетирование</li> </ul>
<b>Информирование родителей</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Родительские собрания</li> <li>• Личные беседы</li> <li>• Передача информации по электронной почте и телефону</li> <li>• Наглядная информация</li> <li>• Сайт</li> <li>• Блог</li> <li>• Группы в социальных сетях</li> </ul>
<b>Консультирование родителей</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультации (индивидуальные, групповые, семейные)</li> </ul>
<b>Обучение родителей</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Семинары – практикумы</li> <li>• Мастер – классы</li> <li>• Творческие задания</li> </ul>
<b>Совместная деятельность детского сада и семьи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Совет родителей</li> <li>• День открытых дверей</li> <li>• Участие родителей в образовательных проектах</li> <li>• Совместные праздники и досуги</li> <li>• Семейные фотовыставки</li> <li>• Выставки совместного творчества</li> <li>• День благоустройства</li> <li>• Экскурсии</li> </ul>

### Перспективный план работы с родителями 2023-2024

Формы	Содержание
Анкетирование	Изучение мнения родителей о значимости физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами. Изучение условий семейного воспитания в вопросе физического развития детей
Консультации	В профилактике нарушений осанки , плоскостопия
Дни открытых дверей	Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурной работы в ДОУ
Проекты, викторины. Конкурсы	Для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере
Родительские собрания	С вопросами физического развития детей
Соревнования	Привлечение родителей к совместной двигательной деятельности

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Образовательная область	Количество занятий в неделю
<b>Физическое развитие</b>	
Физкультура в зале	3(20 мин)
Физкультура на улице	-
<b>Всего в неделю</b>	<b>3 (60 мин)</b>
<b>Всего</b>	<b>12(240)</b>

#### Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в день	Продолжительность НОД (одного занятия)	Количество образовательных занятий в день	Перерывы между занятиями
40	20	3	не менее 10 минут



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

Развивающая предметно-пространственная среда для реализации Программы обеспечивает:

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ГБДОУ, групп, территории;
- активные действия детей с материалами, оборудованием, инвентарём для их развития в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей детей;
- ГБДОУ самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь.
- учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- развитие, стимулирование различных видов детской деятельности: игровой, познавательной, исследовательской активности, экспериментирования с доступными детям материалами, творческой активности всех воспитанников.
- общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста), детей и взрослых;
- двигательной активности детей.

В дошкольном учреждении сформирована предметно-развивающая среда, соответствующая современным санитарным, методическим требованиям. В дошкольном учреждении имеется:

Физкультурный зал;

физкультурные уголки в группах

Игровая площадка со спортивным оборудованием

Для проведения образовательной деятельности по физической культуре и досугов имеется разнообразный спортивный и игровой инвентарь.

Для общеразвивающих упражнений имеются: мячи разных размеров, скакалки, гантели, обручи, кегли, флажки, ленточки и т. д.;

для ходьбы и развития равновесия: скамейки, стойки, мягкие модули, кубики, дорожки и т.д.;

для ползания и лазания: дуги, тоннели и т. п.;

для катания, бросания и метания: мячи разных размеров, обручи, мешочки, горизонтальные и вертикальные мишени, баскетбольное кольцо;

для прыжков: маты, обручи малых размеров, скакалки, комплекс «Кузнечик» и т. д.;

для профилактики осанки и плоскостопии: ребристые дорожки, массажные коврики, массажные мячи, фитболы.

№	Наименование оборудования	Количество	примечание
	Музыкальный центр	1	
	Музыкальный репертуар на электронных носителях		
	Бубен		
	Свисток		
	Мешочек с песком	20	200 г
	Ленты (на кольцах)	30	Длина 50 см
	Обруч (малый)	15	D 50 см
	Мяч резиновой	20	D 25 см
	Мяч массажный	20	D10 см
	Погремушка (с ручкой)	30	
	Кубик (пластмассовый)	30	Грань 7 см
	Платочек (ткань)	25	
	Флажки	30	
	Кольцо	15	
	Игрушки пластмассовые (куколки, животные и др.)		
	Дорожка ребристая	2	
	Шнур длинный	2	
	Дорожки с наполнителем	4	
	Конус	6	
	Кегли малые	16	
	Кегли большие	20	
	Бум набивной (змея)	1	
	Предметы, которые дети могут перешагнуть, обойти т.п. (игрушки, плоскостные геометрические фигуры, плоскостные картинки и др.		
	Лестница гимнастическая	4	
	Воротки	2	
	Палка гимнастическая	25	
	Скамейка гимнастическая	3	Длина 4 м

	Тоннель	2	Длина 3 м
	Мат гимнастический	2	
	Комплекс «Кузнечик»	1	
	Вертикальная мишень	2	
	Мяч резиновый малый	20	
	Мяч резиновый большой	20	
	Мяч мякиш	2	D20 см
	Обруч большой	20	
	Корзина	3	
	Маски	6	
	Коврик массажный	15	
	Игрушки и игровое оборудование		
	Набор модулей «Альма»	25	
	Стеллажи для спортивного инвентаря	3	

### **3.3 Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

«От рождения до школы»

Инновационная программа дошкольного образования

Под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой

МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020

\*Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. - М: Мозаика-Синтез, 2009 г.

\*Методика проведения подвижных игр. - М: Мозаика-Синтез, 2009 г.

Л. И. Пензулаева

\*Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. - М: Мозаика-Синтез, 2009г.

1. Аксенова З. Ф. Спортивные праздники в детском саду М. Творческий центр 2004
2. Александрова Е. Ю. Оздоровительная работа в ДОУ Волгоград издательство Учитель 2006
3. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. Опыт создания авторской программы на базе ДОУ 119 г. Нижнего Новгорода. – М., Линка – Пресс, 1993
4. Ананьев В.А. Организация безопасности и жизнедеятельности дошкольников. - Томский университет, 2000
5. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. – М., Мозаика Синтез, 2006
6. Бочарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: Пособие для родителей и воспитателей. – М.: АРКТИ, 2003
7. Л.Н. Волошина « Игратьте на здоровье» , « Арти» Москва, 2007
8. Л.Д. Глазырина Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. - М.: ТЦ Сфера, 2009
9. Голицина Н.С., Шумова И.М., Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2007
10. Деркунская В.А. Воспитание, обучение, развитие дошкольников в игре. - М., 2005.
11. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. Учебное пособие - М.: Педагогическое общество России, 2005
12. Дик Н.Ф. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников/ Ростов н/Д: Феникс, 2005
13. Ефименко Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста М. Линка - Пресс , 1999
14. Захарова С.Н. Праздники в детском саду.- М., Владос, 2006
15. Зацепина М.Б. Культурно - досуговая деятельность в детском саду: Программа и методические рекомендации – М., Мозайка – Синтез, 2005
16. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения:

- проектирование, тренинги, занятия/ сост., Крылова Н.И. – Волгоград: Учитель 2009
17. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим – М.: ТЦ Сфера, 2004
  18. Картушина М.Ю. Праздники для детей 6-7 лет. Сценарии для ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2008
  19. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М., Просвещение, 1972
  20. Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях М., Аркти 2003
  21. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела СПб., ИК «Комплект» 1997
  22. Латохина Л.И. Хатха - йога для детей. - М.: «Просвещение», 1993
  23. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. - М.,: АРКТИ 1999
  24. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ – Воронеж: ТЦ «Учитель» 2005
  25. Овчинникова Т.С. Подвижные игры, физкультминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой в логопедическом детском саду. – СПб. КАРО, 2006
  26. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья»/ авт.-сост. Александрова Е.Ю. Волгоград: Учитель, 2006
  27. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М.: Просвещение, 1986
  28. Попова М.Н. «Навстречу друг другу»: «Психолого-педагогическая технология эмоционального сближения взрослого и ребенка в процессе взаимодействия на физкультурных занятиях в ДОУ/ СПб, 2001
  29. Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду М.: Мозаика-Синтез 2004
  30. Система работы по формированию здорового образа жизни. Подготовительная группа. /Сост. Бочкарева О.И. – Волгоград: ИТД «Корифей». 2008
  31. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе / авт.-сост. О.В. Белоножкина – Волгоград: Учитель, 2007
  32. Спортивный серпантин: сценарии спортивных мероприятий для младших школьников/ авт.- сост. Е.А. Гальцова, О.П. Власенко. – Волгоград: Учитель, 2007
  33. Спутник руководителя физического воспитания, под редакцией Филипповой С. О., ред., Детство-Пресс – 2005
  34. Тарасова Т.А., Власова Л.С. Я и мое здоровье: Практическое пособие для развития и укрепления навыков здорового образа жизни у детей от 2 до 7 лет. Программа занятий, упражнений и дидактические игры. – М.: Школьная пресса, 2008
  35. Терпугова Е.А. Валеологическое воспитание детей дошкольного возраста: методическое пособие для педагогов/ Ростов н/Д: Феникс, 2007
  36. Тихомирова Л.Ф., Упражнения на каждый день: Уроки здоровья для детей 5-8 лет – Ярославль: Академия развития, академия Холдинг, 2003
  37. Физическое воспитание и познавательное развитие дошкольника /сост. Белая К.Ю., Зимонина В.Н. – М.: Школьная пресса, 2007
  38. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Данс. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-Пресс, 2001
  39. Ж.Г. ФирилеваЕ.Г. Сайкина «Физкульт- привет! Минуткам и паузам» Детство пресс Санкт- Петербург 2004
  40. Шишкина В. А. Машенко М.В. Какая физкультура нужна дошкольнику М. «Просвещение» 2000
  41. Юдин Г.Н. Главное чудо света. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2001

### 3.4. 3.3. Режим двигательной активности

Формы организации	Средняя группа
Утренняя гимнастика	10 минут
Физкультминутки	2-3 мин
Динамические паузы между занятиями	10 мин
Бодрящая гимнастика после дневного сна, « Тропа здоровья» ( массажные дорожки)	5- 10 минут
Подвижные и малоподвижные игры	не менее 2-4 раз в день
	10-15минут
Спортивные игры	
Спортивные упражнения	ежедневно
	6 – 8 минут
Подвижные игры на прогулке	Ежедневно
	10-15 мин
Спортивные досуги и развлечения	1 раза в месяц
	20 минут
Спортивные праздники	2- раза в год
	20-30минут
<p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p>	<p>Ежедневно</p> <p>(после утренней, гимнастики, подвижных игр и спортивных игр, с высокой степени подвижности)</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно</p> <p>по 3-5 мин, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки</p>

Гимнастика для глаз	
Неделя здоровья	1 раз в год
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
НОД в спортивном зале	2 раза в неделю 20 мин
НОД на воздухе	1 раз неделю 20 мин

### 3.5. Расписание НОД

Дни недели	№4 Средняя группа с 4 до 5 лет
Вторник	<b>Физическое развитие</b>
Среда	<b><u>Физическое развитие</u></b>
Пятница	<b>Физическое развитие</b>

