

**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
на 2023-2024 учебный год
младшей группы (3-4 года)
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	7
2.1. Модель организации образовательного процесса.....	7
2.2. Планирование работы по физическому развитию (на учебный год) с учетом времени пребывания детей в образовательной организации	8
2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы.....	35
2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников	35
3.Организационный раздел	38
3.1. Структура реализации образовательной деятельности	38
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	39
3.3 Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	41
3.4. Режим двигательной активности.....	43
3.5. Расписание НОД.....	45

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, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил
- безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

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 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 физическому развитию (на учебный год) с учетом времени пребывания детей в образовательной организации

Месяц: сентябрь

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Ходьба врассыпную. Игра "Пойдем в гости" Бег "Самолеты" II. О.Р.У. комплекс №1 Основные движения Ходьба и бег по прямой Прыжки на двух ногах с места Подвижная игра "Догони мяч" III. Подвижная игра "По ровненькой дорожке" "Солнышко и дождик"</p>	<p>I. Ходьба стайкой за воспитателем, на носках. Бег в рассыпные «Самолеты» II. О.Р.У. комплекс № 2 Основные движения Прыжки на двух ногах с места Ходьба с сохранением равновесия Игра "Догони мяч" "Солнышко и дождик" "Зайка" III. Спокойная ходьба по залу.</p>		<p>I. Ходьба стайкой за воспитателем, на носках. Бег в рассыпные «Самолеты» II. О.Р.У. комплекс № 2 Основные движения Прыжки на двух ногах с места Ходьба с сохранением равновесия "Догони мяч" "Солнышко и дождик" "Зайка" III. Спокойная ходьба по залу.</p>

2 неделя		<p>I. Ходьба стайкой за воспитателем, по дорожкам, бег врассыпную. II. О.Р.У. комплекс №2 Основные движения Подлезание под воротики Ходьба по ребристым дорожкам Броски мяча вдаль Игра "Воробушки и автомобиль" III. Подвижная игра "По ровненькой дорожке"</p>	<p>I. Ходьба врассыпную. Бег врассыпную. II. О.Р.У. комплекс. с платочком № 3 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки в длину с места "через ручеек" II. игра «Воробушки и автомобиль» III. "По ровненькой дорожке" Ходьба по кругу взявшись за руки.</p>	<p>I. Ходьба за воспитателем Бег врассыпную. II. О.Р.У. комплекс. с платочком № 3 Основные движения Прыжки в длину с места "через ручеек" Ходьба по ребристым дорожкам II. игра «Воробушки и автомобиль» III. "По ровненькой дорожке" Ходьба по кругу взявшись за руки.</p>
3 неделя		<p>I. Ходьба по залу стайкой Бег в рассыпную II. О.Р.У. с платочком комплекс №3 Основные движения Метание малых мячей в даль Прокатывание мячей в прямом направлении II. игра "Догони мяч". "По ровненькой дорожке" III. Ходьба в колонне за воспитателем с остановкой на сигнал.</p>	<p>I. Ходьба на носках Игра "По ровненькой дорожке" Бег врассыпную II. О.Р.У. комплекс № 4 Основные движения Ходьба из обруча в обруч Игровое упражнение "допрыгни до колокольчика" II. игра "Пузырь" III. Игра малой подвижности "Кто тише"</p>	<p>I. Ходьба на носках Игра "По ровненькой дорожке" Бег врассыпную II. О.Р.У. комплекс № 4 Метание малых мячей в даль. Прыжки в длину с места "через ручеек" Подвижная игра Пузырь" III. Игра малой подвижности "Кто тише"</p>

4 неделя		<p>I. Ходьба на носках Игра "По ровненькой дорожке" Бег "Осенние листочки" П.О.Р.У. комплекс №4 Основные движения Броски шишек (мячей) в корзину Ходьба с высоким подниманием колен, из обруча в обруч П. игра "Лошадки" III. Игра малой подвижности "Тишина у пруда"</p>	<p>I. Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег "Осенние листочки" П.О.Р.У. комплекс № 5 Метание малых мячей в даль. Прыжки в длину с места "через ручеек" П. игра "Лошадки" «Пузырь» Ходьба с высоким подниманием колен, из обруча в обруч III. Игра малой подвижности "По ровненькой дорожке"</p>	<p>I. Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег "Осенние листочки" П.О.Р.У. комплекс № 5 Метание малых мячей в даль. Прыжки в длину с места "через ручеек" Ходьба с высоким подниманием колен, из обруча в обруч П. игра "Лошадки" «Пузырь» III. Игра малой подвижности "По ровненькой дорожке"</p>
5 неделя		<p>I. Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег "Осенние листочки" П.О.Р.У. комплекс № 5 Метание малых мячей в даль. Прыжки в длину с места «через ручеек», через «лужи» Ходьба с высоким подниманием колен, из обруча в обруч П. игра «Лошадки» «Пузырь» III. Игра малой подвижности "По ровненькой дорожке"</p>	<p>I Ходьба. Игра "По ровненькой дорожке." Бег стайкой за руководителем. П.О.Р.У. комплекс № 6 Основные движения Броски мяча в корзину(с расстояния 1-1.5м) Ходьба с перешагиванием через предметы высотой 15-20 см. Игра «Зайка» III. Игра малой подвижности «Тишина у пруда»</p>	

Месяц: октябрь

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя					<p>I. Ходьба на носках Игра "По ровненькой дорожке" Бег стайкой за руководителем. II. О.Р.У. комплекс №6 Основные движения Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через препятствия Ходьба по ребристой доске Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра «Лошадки» III. Игра малой подвижности «Ручеек»</p>
2 неделя		<p>I. Ходьба на носках Игра "По ровненькой дорожке" Бег стайкой за руководителем. II. О.Р.У. комплекс № 6 Основные движения Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через кубики Ходьба по ребристой доске Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра «Зайка» III. Игра малой подвижности "Ручеек"</p>	<p>I. Ходьба по кругу "по дорожке" Бег по кругу за руководителем. Перестроение в круг. II.О.Р.У. комплекс № 7 Основные движения Метание малых мячиков в горизонтальную цель Ходьба с сохранением равновесия гимнастической скамейке Игра «Курочка-хохлатка» III. Игра малой подвижности</p>		<p>I. Ходьба по кругу обычная и на носках Бег по кругу за руководителем II. О.Р.У. комплекс №7 Основные движения малых мячиков в горизонтальную цель Прыжки с гимнастической скамейки Игра «Курочка-хохлатка» III.Игра малой подвижности «Ручеек»</p>

3 неделя		<p>I. Ходьба по кругу обычная и на носках Бег по кругу за воспитателем II. О.Р.У. комплекс №7 Основные движения набивных мячиков в горизонтальную цель Ходьба по гимнастической скамейке Игра «Курочка-хохлатка» III. Игра малой подвижности "Ручеек"</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по кругу используя зрительные ориентиры. Бег в колонне друг за другом II. О.Р.У. комплекс №8 Основные движения Прокатывание обручей в прямом направлении, ходьба и бег за ними. Ходьба с высоким подниманием колен из обруча в обруч. II. игра «Лошадки» III. Спокойная ходьба за воспитателем.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба в колонне друг за другом на носках, высоко поднимая колени Бег в колонне друг за другом II. О.Р.У. комплекс №8 Основные движения Прокатывание обручей, ходьба и бег за ними Ходьба с высоким подниманием колен из обруча в обруч. Игра «Лошадки» III. Игра малой подвижности «Ручеек»</p>
4 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба "паровозики", на носках, высоко поднимая колени "лошадки". Бег по кругу друг за другом. II. О.Р.У. комплекс №9 Основные движения Прокатывание мячей в прямом направлении и бег за ними Удары мяча об пол и ловля при отскоке Игра «Курочка-хохлатка» III. Спокойная ходьба в колонне по одному.</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба "паровозики", на носках, высоко поднимая колени "лошадки". Бег по кругу друг за другом. II. О.Р.У. комплекс № 9 Основные движения Прокатывание мячей в прямом направлении и бег за ними Удары мяча об пол и ловля при отскоке Игра «Воробушки и автомобиль» III. Спокойная ходьба в колонне по одному.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег по кругу друг за другом, по сигналу врассыпную II. О.Р.У. комплекс №10 Основные движения Прокатывание мячей в прямом направлении. Бег в прямом направлении. Броски мяча об пол и ловля его при отскоке Игра «Воробушки и автомобиль» III. Игра малой подвижности «Пузырь»</p>

	<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег по кругу друг за другом, по сигналу врассыпную II. О.Р.У. комплекс №10 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением равновесия Лазанье по гимнастической стенке Подвижная игра «Петушок и цыплята» III Легкий бег под музыку</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба по кругу на носках "мышки", обычная , вразвалочку, бег по кругу и врассыпную. II. О.Р.У. комплекс №11 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением равновесия Лазанье по гимнастической стенке Подвижная игра «Петушок и цыплята» III. Спокойная ходьба по кругу взявшись за руки.</p>	<p>I . Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, врассыпную. II.О.Р.У. № 11 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке и наклонной доске с сохранением равновесия Ползание на четвереньках, подлезание под препятствия. Подвижная игра «Зайцы в огороде» III. Спокойная ходьба по кругу взявшись за руки.</p>
--	---	--	--

Месяц: ноябрь

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
2 неделя		<p>I. Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, врассыпную. П.О.Р.У. № 11 Основные движения Ходьба между предметами. Упражнять в беге по прямой и прямом галопе. Игра «Лошадки» III. Игра малой подвижности. «Пузырь»</p>	<p>I. Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, врассыпную. П.О.Р.У. комплекс № 12 Основные движения Лазанье по гимнастической стенке Ползание на четвереньках, подлезание под препятствия. Игра "Зайцы в огороде" III. Игра малой подвижности «Пузырь»</p>		<p>I. Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, врассыпную. П.О.Р.У. комплекс № 12 Основные движения Лазанье по гимнастической стенке Ползание на четвереньках, подлезание под препятствия. Игра "Зайцы в огороде" III. Игра малой подвижности «Пузырь»</p>
3 неделя		<p>I. . Построение-колонна. Ходьба на носках, "паровозик", бег по кругу, врассыпную, "самолеты" II. О.Р.У. комплекс №12 Ходьба и бег между предметами. Упражнять в беге по прямой Игра «Лошадки» «Зайка беленький сидит» III. Бег под музыку</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, прыжки в приседе "лягушки", бег "бабочки" II. О.Р.У. с кубиками комплекс №13 Основные движения Подлезание под дугу на четвереньках Ходьба с высоким подниманием колен, перешагивая через разложенные на полу гимнастические палки II. игра "Найди свой домик" III. Ходьба в колонне за воспитателем с остановкой на сигнал.</p>		<p>I Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег "снежинки" врассыпную, по кругу II. О.Р.У. комплекс №13 Основные движения Ходьба с высоким подниманием колен перешагивая через гимнастические палки Ходьба по «дорожкам здоровья» Прыжки в длину с мест Игра "Пузырь" III. Игра малой подвижности. "Тишина у пруда"</p>

4 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без.</p> <p>II. О.Р.У. с предметами комплекс №13</p> <p>Прыжки в длину с места, на двух ногах через препятствия</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p> <p>III Легкий бег по кругу. Ходьба, взявшись за руки по кругу.</p> <p>Игра « Найди свой домик»</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без.</p> <p>II. О.Р.У. с предметами комплекс №14</p> <p>Основные движения</p> <p>Ходьба по наклонной доске</p> <p>Прыжки на двух ногах с продвижением вперед</p> <p>Игра «Наседка и цыплята»</p> <p>III. Игра малой подвижности "Найди цыпленка"</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", на полусогнутых ногах "гуси", бег "воробушки".</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №14</p> <p>Основные движения</p> <p>Прыжки в длину с места, в высоту на двух ногах через препятствия</p> <p>Прокатывание мячей в прямом направлении и бег за ними</p> <p>Игра «Наседка и цыплята»</p> <p>III. Игра малой подвижности "Поезд".</p>
5 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", на полусогнутых ногах "гуси", бег "воробушки".</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №14</p> <p>Прыжки в длину с места на двух ногах через препятствия</p> <p>Прокатывание мячей в прямом направлении и бег за ними.</p> <p>Игра «Найди свой домик»</p> <p>III Легкий бег по кругу. Ходьба, взявшись за руки по кругу.</p>	<p>I. Построение шеренга. Ходьба в колонне по одному, на носках, "паровозики", бег по кругу "самолеты"</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №15</p> <p>Основные движения</p> <p>Прокатывание мячей в прямом направлении</p> <p>Броски мяча вверх, броски мяча в даль</p> <p>Игра «Найди свой домик»</p> <p>III Легкий бег по кругу. Ходьба, взявшись за руки по кругу.</p>		<p>I. Построение шеренга. Ходьба в колонне по одному, на носках, "паровозики", бег по кругу "самолеты"</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №15</p> <p>Основные движения</p> <p>Прокатывание мячей в прямом направлении</p> <p>Броски мяча вверх, броски мяча в даль</p> <p>Игра «Найди свой домик»</p> <p>III Легкий бег по кругу. Ходьба, взявшись за руки по кругу.</p>

		<p>I. Построение шеренга. Ходьба в колонне по одному, на носках, "паровозики", бег по кругу "самолеты"</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №15</p> <p>Основные движения</p> <p>Прокатывание мячей в прямом направлении</p> <p>Броски мяча вверх, удары мяча об пол.</p> <p>Игра «Найди свой домик»</p> <p>III Легкий бег по кругу. Ходьба взявшись за руки по кругу</p>	<p>I. Построение колонна. Ходьба в колонне по 1 на носках, бег .</p> <p>II. О.Р.У. комплекс № 16</p> <p>Основные движения</p> <p>Прокатывание мячей друг другу</p> <p>Ползания на четвереньках по дорожкам</p> <p>Игра« Найди свой домик»</p> <p>III. Спокойная ходьба по залу.</p>		
--	--	--	---	--	--

Месяц: декабрь

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя					<p>I.. Построение колонна. Ходьба в колонне по 1 на носках, бег . II.О.Р.У. комплекс № 16 Основные движения Прокатывание мячей друг другу Ползании на четвереньках по дорожкам Игра« Найди свой домик»</p> <p>III. Спокойная ходьба по залу..</p>
2 неделя		<p>I. Построение колонна. Ходьба с высоким подниманием колен, бег друг за другом, лошадки. Игра "По ровненькой дорожке" II. О.Р.У. комплекс №16 Основные движения Прокатывание мячей друг другу Подлезание под дугу (воротики) Игра «Музыкальная игра» III. Медленный бег под музыку.</p>	<p>I. Построение колонна. Ходьба и бег с остановкой на сигнал. Перестроение в круг. II.О.Р.У. комплекс № 17 Основные движения Подлезание под дугу (воротики) Ходьба по гимнастической скамейке с сохранением равновесия Учить выполнять прыжки с высоты Игра«Музыкальная игра» III. Пальчиковая гимнастика.</p>		<p>I. Построение колонна. Ходьба в колонне по 1 с заданием "зайчата", "медвежата", "мышки", бег враспынную. II. О.Р.У. комплекс 17 Основные движения Прыжки с высоты (с гимнастической скамейки) Прокатывание мячей друг другу II. игра «Музыкальная игра» III. Игра малой подвижности.</p>

3 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по кругу перешагивая через шнуры, разложенные на полу Бег в колонне друг за другом II. Комплекс О.Р.У. № 17 Основные движения Приставные шаги по канату, ходьба по гимнастической скамейке Подлезание в воротики Игра «Воробушки и автомобиль» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение шеренга Ходьба в колонне друг за другом с заданием "зайки", "мышки", "лягушки", легкий бег в чередовании с ходьбой. II. О.Р.У. комплекс №18 Основные движения Броски мяча в даль двумя руками Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки с высоты Игра «Автомобили» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-шеренга. Ходьба "паровозики", на носках, высоко поднимая колени "лошадки". Бег с остановкой на сигнал, "змейкой". II. О.Р.У. комплекс №18 Основные движения Ходьба приставными шагами по шнуру Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Игра «Автомобили» III. Игра малой подвижности.</p>
4 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег по кругу друг за другом, по сигналу врассыпную II. О.Р.У. комплекс №18 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки с высоты Игра «Мишка бурый» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег по кругу друг за другом, по сигналу врассыпную II. О.Р.У. комплекс №19 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Подлезание под воротики Прыжки с высоты Игра «Мишка бурый» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках "мышки", высоко поднимая колени "лошадки" Бег по кругу друг за другом, по сигналу врассыпную II. О.Р.У. комплекс №19 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Пролезание в тоннель Игра «Мишка бурый» III. Игра малой подвижности.</p>

Месяц: январь

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
2 неделя		<p>I. Построение шеренга. Ходьба в колонне по одному, на носках, с заданием. Бег в колонне по одному. П.О.Р.У. комплекс №18 Основные движения Подлезание под препятствия Ходьба перешагивая через предметы, змейкой между предметами. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра «Карусели» III. Медленный бег под музыку.</p>	<p>I Построение-колонна. Ходьба на носках, широким шагом, бег по кругу, врассыпную, "самолеты" II. О.Р.У. комплекс № 19 Основные движения Прыжки в длину на двух ногах Ходьба по веревочке приставными шагами Лазание по гимнастической стенке Игра «Соберись в кружок» III. Игра малой подвижности «Слушай сигнал»</p>		<p>I. Построение колонна. Ходьба на носках, пятках, широким шагом, бег обычный, с захлестом голени. II. О.Р.У. комплекс № 19 Основные движения Прыжки на двух ногах с высоты Лазание по гимнастической стенке Игра «Кот и мыши» III. Игра малой подвижности «Слушай сигнал»</p>
3 неделя		<p>I. . Построение колонна. Ходьба на носках, пятках, широким шагом, бег обычный. II. О.Р.У. комплекс № 19 Прыжки на двух ногах с высоты Ходьба по веревочке приставными шагами Игра «Кот и мыши» III. Игра малой подвижности «Слушай сигнал»</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег "снежинки" врассыпную, по кругу II. О.Р.У. комплекс № 20 Основные движения Прыжки с высоты Лазание по гимнастической стенке Музыкальная игра «Соберись в кружок» III. Ходьба в колонне за воспитателем с остановкой на сигнал.</p>		<p>I Построение-колонна Ходьба на носках, широким шагом, ползание на четвереньках, на руках и ногах, бег по кругу, подскоки. II.О.Р.У. с кубиками комплекс № 20 Основные движения Лазание по гимнастической стенке Работа с мячами Игра «Лохматый пес» III. Пальчиковые игры</p>

	<p>I Построение-колонна Ходьба на носках, широким шагом, ползание на четвереньках, на руках и ногах, бег по кругу, подскоки. II. О.Р.У. с кубиками комплекс № 20 Основные движения Работа с мячами Броски вверх и ловля Удары мяча об пол Прокатывание мяча в прямом направлении Игра «Лохматый пес» III. Пальчиковые игры</p>	<p>I Построение-колонна Ходьба на носках, широким шагом, ползание на четвереньках, на руках и ногах, бег по кругу, подскоки. II. О.Р.У. с кубиками комплекс № 21 Основные движения Подлезание в воротики на четвереньках Лазание по гимнастической стенке Подвижная игра "Тучки и солнышко" III. Пальчиковая гимнастика</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках "мышки", приставным шагом, высоко поднимая колени "лошадки". Бег по кругу, бег "самолеты". II. О.Р.У. комплекс №21 Основные движения Подлезание под шнур Перелезание, перешагивание через шнур (скамейку) Прыжки в длину с места Подвижная игра "Карусели" III. Игровой самомассаж, пальчиковая гимнастика.</p>
--	--	---	---

Месяц: февраль

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение колонна Ходьба парами , бег в колонне с заданием по сигналу II. О.Р.У. комплекс № 21 Основные движения Лазание по гимнастической стенке Подлезание в воротики Ходьба по гимнастической скамейке Игра «Гуси-гуси» «Кот и мыши» III. Медленный бег под музыку.</p>	<p>I. Построение-колонна, ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, врассыпную. II.О.Р.У. комплекс № 22 Основные движения Прыжки с высоты Прокатывание мяче друг другу Игра «Гуси-гуси» III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, "паровозик", бег по кругу, врассыпную, "снежинки", подскоки. II. О.Р.У. комплекс № 22 Основные движения Броски мяча через шнур Подлезание в воротики (под шнур) Игра «Гуси-гуси» III. Упражнение на дыхание, пальчиковая гимнастика.</p>
2 неделя		<p>I. Построение-колонна, ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, врассыпную. II.О.Р.У. комплекс № 22 Основные движения Прыжки с высоты Прокатывание мяче друг другу Игра «Кот и мыши» III. Игра малой подвижности. «Зайка беленький сидит»</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, большими и маленькими шагами , бег "снежинки" II. О.Р.У. комплекс № 23 Основные движения Пролезание в обруч, поставленный вертикально, боком Ходьба по наклонной доске с сохранением равновесия Игра «Кот и мыши» III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег "снежинки" врассыпную, по кругу II. О.Р.У. комплекс № 23 Основные движения Прыжки с высоты Прыжки с продвижением вперед Прокатывание мячей друг другу Игра «Кот и мыши» III. Игра малой подвижности</p>

3 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, большими и маленькими шагами, бег "снежинки" II. О.Р.У. комплекс № 23 Основные движения Пролезание в обруч, поставленный вертикально, боком Ходьба по наклонной доске с сохранением равновесия Игра «Кот и мыши» 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. комплекс № 24 Основные движения Ходьба с сохранением равновесия Прыжки через препятствия Подлезание под шнур Игра «Лохматый пес» III. Игра малой подвижности</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", бег "воробушки". II. О.Р.У комплекс № 24 Основные движения Ползание по дорожке на четвереньках Броски мяча в даль двумя руками. Перелезание через препятствия Игра «Воробьи и ворона» III. Игра малой подвижности.</p>
4 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", бег "воробушки". II. О.Р.У комплекс № 24 Основные движения Ползание по дорожке на четвереньках Броски мяча в даль двумя руками. Перелезание через препятствия Игра «Воробьи и ворона» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", топающим шагом, бег "воробушки". II. О.Р.У. 25 Основные движения Ползание по скамейке на четвереньках Перелезание через препятствия Прыжки на двух ногах с продвижением вперед через препятствия Игра «Воробьи и ворона» III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение колонна Ходьба парами, змейкой между препятствиями, бег в колонне со сменой направления по сигналу. II. О.Р.У. комплекс № 25 Основные движения Подлезание в воротики Ходьба по шнуру Прыжки на двух ногах Игра «Воробьи и ворона» III. Медленная ходьба по залу</p>

Месяц: март

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба по кругу на носках "мышки", обычная, вразвалочку, бег по кругу и врассыпную.</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 «Мишка бурый»</p> <p>III. Упражнения на дыхание.</p>	<p>I. Построение-колонна.</p> <p>Ходьба на носках, "паровозик", бег по кругу, врассыпную, "самолеты"</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №25</p> <p>Основные движения</p> <p>Работа с мячами удары об пол, броски вверх</p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, прыжки через препятствия</p> <p>Игра «Воробы и ворона»</p> <p>III. Игра малой подвижности «Ручеек»</p>		<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 " Мишка бурый "</p> <p>III. Игра малой подвижности..</p>
2 неделя		<p>I. Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, бег парами, врассыпную.</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №25</p> <p>Основные движения</p> <p>Броски мяча в верх, в даль , удары мяча об пол.</p> <p>Прокатывание мячей друг другу</p> <p>Игра «Лошадки»</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-колонна</p> <p>Ходьба по кругу обычная, прыжки в приседе "лягушки", бег, «снежинки»"</p> <p>II. О.Р.У. с кубиками комплекс №26</p> <p>Основные движения</p> <p>Лазание по гимнастической стенке</p> <p>Подлезание в воротики</p> <p>Ходьба с высоким подниманием колена перешагивая через предметы.</p> <p>Игра «Найди свой домик»</p> <p>III. Пальчиковая гимнастика.</p>		<p>I. Построение-колонна</p> <p>Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег "воробушки" врассыпную, по кругу</p> <p>II. О.Р.У. комплекс №26</p> <p>Основные движения</p> <p>Подлезание под шнур или в воротики не касаясь руками пола</p> <p>Игра «Найди свой домик»</p> <p>III. Игра малой подвижности.</p>

3 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег "воробушки" врассыпную, по кругу II. О.Р.У. комплекс №26 Основные движения Лазание по гимнастической стенке Подлезание под шнур или в воротики не касаясь руками пола Игра «Воробушки и автомобиль» 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 кубиками комплекс №27 Основные движения Ползание на четвереньках Ходьба по скамейке Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра "Наседка и цыплята" III. Игра малой подвижности</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки"бег "воробушки". II.О.Р.У. комплекс №27 Основные движения Ходьба по мостику(дорожка) Прыжки в длину с места Игра «Наседка и цыплята» III. Игра малой подвижности.</p>
4 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки", бег "воробушки". II.О.Р.У. комплекс №27 Основные движения Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки в длину с места Игра «Наседка и цыплята» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки". II.О.Р.У. комплекс №28 Основные движения Ползание на четвереньках через туннель Ходьба приставными шагами по шнуру Игра «Автомобили» III. Ходьба по кругу взявшись за руки</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без. II.О.Р.У. комплекс №28 Основные движения Ползание на четвереньках через туннель Ходьба по «Дорожкам здоровья» Игра «Автомобили» III. Ходьба по кругу взявшись за руки</p>

5 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба по кругу с остановкой на сигнал, поворотом вокруг себя, бег в различном темпе. II. О.Р.У. комплекс № 27 Основные движения Равновесие Ходьба по гимнастической скамейке Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подвижная игра «Воробушки и автомобиль» III. Спокойная ходьба по залу.</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному на носках, бег со сменой направления, прямой галоп. II. О.Р.У. Комплекс № 27 с обручами Основные движения Прыжки в длину с места Броски и ловля мяча вверх Удары мяча о пол и ловля двумя руками Игра «Тучки и солнышко» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному на носках, бег со сменой направления, прямой галоп. II. О.Р.У. Комплекс № 28 с обручами Основные движения Прокатывание мячей друг-другу Броски и ловля мяча вверх Удары мяча о пол и ловля двумя руками Игра «Тучки и солнышко» III. Игра малой подвижности.</p>
----------	--	--	---	--

Месяц: апрель

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба на носках, высоко поднимая колени "лошадки, бег по кругу II. О.Р.У. Комплекс № 28 с обручами Основные движения Броски мяча в даль двумя руками. Броски и ловля мяча вверх Удары мяча о пол и ловля двумя руками Игра «Воробьи и ворона» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному на носках, бег со сменой направления, прямой галоп. II. О.Р.У. Комплекс № 29 Основные движения Прыжки в длину с места Броски и ловля мяча вверх Удары мяча о пол и ловля двумя руками Игра «Тучки и солнышко» III. Игра малой подвижности.</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному на носках, бег со сменой направления, прямой галоп. II. О.Р.У. Комплекс № 29 Основные движения Прыжки в длину с места Броски и ловля мяча вверх Удары мяча о пол и ловля двумя руками Игра «Тучки и солнышко» III. Игра малой подвижности.</p>
2 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, с остановкой на сигнал, бег, боковой галоп. II. О.Р.У. комплекс №29 Основные движения Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки в длину с места Игра «Воробушки и автомобиль» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, "паровозик", бег по кругу, врассыпную, "самолеты" II. О.Р.У. комплекс №30 с кубиками Основные движения Метание мяча в даль Броски мяча друг другу, броски мяча вверх и ловля Игра «Воробьи и ворона» (муз. игра) III. Игра малой подвижности.</p>		<p>Построение-колонна. Ходьба на носках, "паровозик", бег по кругу, врассыпную, "самолеты" II. О.Р.У. комплекс №30 с кубиками Основные движения Метание мяча в даль Броски мяча друг другу, броски мяча вверх и ловля Игра «Тучки и солнышко» III. Игра малой подвижности.</p>

3 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, на носках, пятках, с высоким подниманием колен, бег с заданием. II. О.Р.У. с кубиками комплекс №30 Основные движения Передача мяча в парах Лазание по гимнастической стенке Игра «Лохматый пес» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег враспынную, по кругу II. О.Р.У. комплекс № 31 Основные движения Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке Прыжки с высоты Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра «Воробьи и ворона» III. Медленный бег под музыку.</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег враспынную, по кругу II. О.Р.У. комплекс № 31 Основные движения Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке Прыжки с высоты Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра «Тучки и солнышко» III. Медленный бег под музыку.</p>
4 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без. II.О.Р.У комплекс № 31 Основные движения Подлезание под препятствие Броски мяча двумя руками через шнур Прыжки в длину с места Игра «Лошадки» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II.О.Р.У. комплекс № 32 Основные движения Прямой галоп Лазание по гимнастической стенке Броски мяча в даль Игра «Кои и мыши» III. Игра малой подвижности.</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II.О.Р.У. комплекс № 32 Основные движения Прямой галоп Лазание по гимнастической стенке Броски мяча в даль Игра «Кот и мыши» III. Игра малой подвижности.</p>

Месяц: май

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
2 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба по кругу с остановкой на сигнал, поворотом вокруг себя, бег в различном темпе. II. О.Р.У. комплекс № 32 Основные движения Равновесие Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через препятствия Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Подвижная игра "Лошадки" III. Спокойная ходьба по залу</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному на носках, бег со сменой направления, прямой галоп. II. О.Р.У. Комплекс № 33 Основные движения Прыжки в длину с места Броски и ловля мяча вверх Удары мяча о пол и ловля двумя руками Игра "Лошадки" III. Игра малой подвижности</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному на носках, бег со сменой направления, прямой галоп. II. О.Р.У. Комплекс № 33 Основные движения Прыжки в длину с места Броски и ловля мяча вверх Удары мяча о пол и ловля двумя руками Игра "Лошадки" III. Игра малой подвижности</p>
3 неделя		<p>I. Построение-колонна. Ходьба в колонне по одному, на носках, широким шагом, с остановкой на сигнал, бег, боковой галоп. II. О.Р.У. комплекс №33 Основные движения Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через препятствия. Прыжки в длину с места Игра «Воробушки и кот» III. Игра малой подвижности</p>	<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, "паровозик", бег по кругу, врассыпную, "самолеты" II. О.Р.У. комплекс №34 Основные движения Метание мяча в даль Броски мяча друг другу, броски мяча вверх и ловля Игра «Воробушки и кот» III. Игра малой подвижности</p>		<p>I. Построение-колонна. Ходьба на носках, "паровозик", бег по кругу, врассыпную, "самолеты" II. О.Р.У. комплекс №34 Основные движения Метание мяча в даль Броски мяча друг другу, броски мяча вверх и ловля Игра "Воробушки и автомобиль" III. Игра малой подвижности</p>

4 неделя		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, на носках, пятках, с высоким подниманием колен, бег с заданием. II. О.Р.У. с кубиками комплекс №34 Основные движения Броски мяча в верх и ловля Передача мяча в парах Лазание по гимнастической стенке Игра "Воробушки и автомобиль" III. Игра малой подвижности "Тишина у пруда".</p>	<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег враспынную, по кругу II. О.Р.У. комплекс № 35 Основные движения Равновесие (ходьба по шнуру, скамейке) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Прыжки с высоты Игра"Лохматый пес" III. Медленный бег под музыку.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, бег враспынную, по кругу II. О.Р.У. комплекс № 35 Основные движения Равновесие (ходьба по шнуру, скамейке) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Прыжки с высоты Игра"Лохматый пес" III. Медленный бег под музыку.</p>
5 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба и бег в колонне друг за другом по кругу с заданием и без. II.О.Р.У № 35 Основные движения Подлезание под препятствие Броски мяча двумя руками через шнур Прыжки в длину с места Игра"Кот и мыши" III. Игра малой подвижности "Змейка"</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II.О.Р.У. комплекс № 36 Основные движения Прямой галоп Лазание по гимнастической стенке Броски мяча через шнур Игра "Курочка" III. Игра малой подвижности "Змейка" .</p>		<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II.О.Р.У. комплекс № 36 Основные движения Прямой галоп Лазание по гимнастической стенке Броски мяча через шнур Игра "Курочка" III. Игра малой подвижности "Змейка" .</p>

Месяц: июнь

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II. О.Р.У. комплекс № 36 Основные движения Прямой галоп Лазание по гимнастической стенке Броски мяча через шнур Игра "Курочка" III. Игра малой подвижности "Змейка"</p>	<p>I. Построение-шеренга, ходьба в колонне по одному, на носках, на пятках, приставными шагами, непрерывный бег до 1-1.5 минут. II. О.Р.У. комплекс № 37 Основные движения Броски и ловля мяча: в верх и в даль Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Игра "Волк и зайцы" III. Спокойная ходьба, выполняя упражнения для рук.</p>		<p>I. Построение-шеренга, ходьба на носках, широким шагом, высоко поднимая колени, бег обычный, с захлестом голени II. О.Р.У. Комплекс № 37 Основные движения Прыжки через препятствия с продвижением вперед Лазание по гимнастической стенке Подлезание под препятствие Игра "Гуси" III. Пальчиковая гимнастика.</p>
2 неделя		<p>I. Построение-круг, ходьба по кругу взявшись за руки, бег по кругу на носках, высоко поднимая колени, ходьба враспынную имитируя повадки животных. II. О.Р.У. комплекс № 31 Основные движения Лазание по гимнастической стенке, Метание малого мяча на дальность Игра "Воробушки и ворона" III. Медленный бег, упражнения для восстановления дыхания.</p>	<p>I. Построение-шеренга, ходьба обычная, на носках, широким шагом, высоко поднимая колени, мелкими и широкими шагами, бег с заданием II. О.Р.У. комплекс № 31 Основные движения Виды бега: змейкой, медленный с захлестом голени, непрерывный до 1.5 минут Подлезание, перелезание Игра «Мышеловка» III. Игра малой подвижности "Угадай чей голосок"</p>		<p>I. Построение-шеренга, ходьба на носках, с высоким подниманием колен, вразвалочку "мишки", бег, подскоки. II. О.Р.У. комплекс №31 Метание малого мяча на дальность Виды бега (змейкой, с захлестом голени, с высоким подниманием колен, непрерывный) Игра "Мы хлопаем руками" III. Игра малой подвижности "Тишина у пруда"</p>

3 неделя		<p>I. Построение-шеренга, ходьба на носках, с высоким подниманием колен, вразвалочку "мишки", бег, подскоки. II. О.Р.У. комплекс №31 Метание малого мяча на дальность Виды бега (змейкой, с захлестом голени, с высоким подниманием колен, непрерывный) Игра "Мы хлопаем руками" III. Игра малой подвижности "Тишина у пруда"</p>	<p>I. Построение-колонна, ходьба в чередовании с бегом, прыжки на двух ногах "зайчата", игра "По ровненькой дорожке", бег "бабочки" II. О.Р.У. комплекс № 32 Основные движения Равновесие Прыжки в длину с места Прыжки через препятствия, на двух ногах с продвижением вперед Игра "Тучки и солнышко" III. Пальчиковая гимнастика, упражнения на дыхание.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, на носках, пятках, с высоким подниманием колен, бег с заданием. II. О.Р.У. с кубиками комплекс №32 Основные движения Броски мяча в верх и ловля Передача мяча в парах Лазание по гимнастической стенке Игра «Мышеловка» III. Медленный бег</p>
4 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 Игр "Тучки и солнышко" III. Медленный бег</p>	<p>I. Построение-колонна, ходьба в чередовании с бегом, прыжки на двух ногах "зайчата", игра "По ровненькой дорожке", бег "бабочки" II. О.Р.У. комплекс № 33 Основные движения Равновесие Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Прыжки с высоты Игр "Тучки и солнышко" III. Медленный бег</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 № 33 Основные движения Подлезание под препятствие Броски мяча двумя руками через шнур Прыжки в длину с места Игра «Лохматый пес» III. Игра малой подвижной»</p>

5 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II. О.Р.У. комплекс № 34 Основные движения Прямой галоп Лазание по лесенке Броски мяча через шнур Игра "Воробушки и ворона" III. Медленный бег, упражнения для восстановления дыхания</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II. О.Р.У. комплекс № 34 Основные движения Прямой галоп Лазание по лесенке Броски мяча через шнур Игр "Тучки и солнышко" III. Медленный бег</p>		<p>I. Построение-шеренга, ходьба на носках, широким шагом, высоко поднимая колени, бег обычный, с захлестом голени II. О.Р.У. Комплекс № 34 Основные движения Прыжки через препятствия с продвижением вперед Лазание по гимнастической стенке Подлезание под препятствие Игра "Гуси" III. Пальчиковая гимнастика.</p>
----------	--	--	--	--	---

Месяц: июль

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1 неделя		<p>I.. Построение-шеренга, ходьба на носках, с высоким подниманием колен, вразвалочку "мишки", бег, подскоки. II. О.Р.У. комплекс №35 Метание малого мяча на дальность Подскоки с ноги на ногу Игра "Мы хлопаем руками" III. Игра малой подвижности "Тишина у пруда"</p>	<p>I. Построение-колонна, ходьба в чередовании с бегом, II. О.Р.У. комплекс № 35 Основные движения Равновесие Прыжки в длину с места Прыжки через препятствия, на двух ногах с продвижением вперед Игра "Тучки и солнышко" III. Пальчиковая гимнастика, упражнения на дыхание.</p>		<p>I. Построение-колонна Ходьба по кругу обычная, на носках, пятках, с высоким подниманием колен, бег с заданием. II. О.Р.У. комплекс №35 Основные движения Броски мяча в верх и ловля Передача мяча в парах Лазание по гимнастической стенке Игра «Мышеловка» III. Медленный бег</p>
2 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 № 36 Основные движения Равновесие Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Прыжки с высоты Игр "Тучки и солнышко" III. Медленный бег</p>	<p>I. Построение-колонна, ходьба в чередовании с бегом II. О.Р.У. комплекс № 36 Основные движения Прыжки на двух ногах с продвижением вперед Прыжки из обруча в обруч Прыжки с высоты Игр "Тучки и солнышко" III. Медленный бег</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 № 36 Основные движения Подлезание под препятствие Прыжки в длину с места Игра «Лохматый пес» III. Игра малой подвижной»</p>

3 неделя		<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II. О.Р.У. комплекс № 37 Основные движения Прямой галоп Лазание по лесенке Броски мяча через шнур Игра "Воробушки и ворона" III. Медленный бег, упражнения для восстановления дыхания</p>	<p>I. Построение-шеренга Ходьба на носках, высоко поднимая колени, со сменой направления по сигналу, бег в колонне по одному с изменением темпа. II. О.Р.У. комплекс № 37 Основные движения Прямой галоп Лазание по лесенке Броски мяча через шнур Игр "Тучки и солнышко" III. Медленный бег</p>		<p>I. Построение-шеренга, ходьба на носках, широким шагом, высоко поднимая колени, бег обычный, с захлестом голени II. О.Р.У. Комплекс № 37 Основные движения Прыжки через препятствия с продвижением вперед Лазание по гимнастической стенке Подлезание под препятствие Игра "Гуси" III. Пальчиковая гимнастика.</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.

Задачи взаимодействия детского сада с семьей:

Информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО.

Просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей.

Способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи.

Построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнерских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач.

Вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

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

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	младшая группа (3-4 года)
Физическое развитие	
Физкультура в зале	3(15 мин)
Физкультура на улице	-
Всего в неделю	3 (45 мин)

Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки <i>в день</i>	Продолжительность НОД (<i>одного занятия</i>)	Количество образовательных занятий <i>в день</i>	Перерывы между занятиями
30	15	3	<i>не менее 10 минут</i>

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.

Развивающая предметно-пространственная среда ГБДОУ создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

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

Физкультурный зал;
физкультурные уголки в группах

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	
	Бубен	2	
	Свисток	2	
	Мешочек с песком	20	200 г
	Ленты (на кольцах)	30	Длина 50 см
	Обруч (малый)	20	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.)	10	
	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.	20	
	Лестница гимнастическая	4	
	Воротики	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	
	Кольцеброс (набор)	4	
	Картотека подвижных игр		
	Перчаточные куклы		

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.

А.И. Буренина «Ритмическая мозаика»

«Основы безопасности жизнедеятельности» Н.Н.Авдеева, О.Л.Князева,

Р.Б. Стеркина

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 « Играйте 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. Фирилева Е.Г. Сайкина «Физкульт- привет! Минуткам и паузам» Детство пресс Санкт- Петербург 2004
40. Шишкина В. А. Мащенко М.В. Какая физкультура нужна дошкольнику М. «Просвещение» 2000

3.4. Режим двигательной активности

Формы организации	Младшая 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
	6 10 минут
Спортивные игры	
Спортивные упражнения	ежедневно
	3- 5 мин
Подвижные игры на прогулке	Ежедневно
	6-10 мин
Спортивные досуги и развлечения	1 раза в месяц
	15 минут
Спортивные праздники	2- раза в год
	20 минут
Дыхательная гимнастика	Ежедневно
Пальчиковая гимнастика	(после утренней, гимнастики, подвижных игр и спортивных игр, с высокой степени подвижности) ежедневно
Гимнастика для глаз	ежедневно по 3-5 мин, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки
Неделя здоровья	1 раз в год
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
НОД в спортивном зале	2 раза в неделю 15 мин
НОД на воздухе	1 раз неделю 15 мин

№	Формы организации	Особенности организации
	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе, в группе или в зале, длительность- 10- 12 минут
	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7- 8 минут
	Динамические паузы во время НОД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий

Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
Гимнастика после дневного сна в сочетании воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
НОД по физической культуре	3 раза в неделю
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
Неделя здоровья	1 раз в год
Физкультурный досуг	1 раз в месяц
Физкультурно- спортивные праздники	2- раза в год на воздухе или в зале, длительность- не более 30 мин.
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий

3.5. Расписание НОД

Дни недели	№3 Младшая группа с 3 до 4 лет
Вторник	Физическое развитие
Среда	<u>Физическое развитие</u>
Пятница	Физическое развитие