Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №12 с.Тахта

Ульчского муниципального района Хабаровского края

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Принято**  Педагогическим советом МБДОУ детский сад №12 с.Тахта  Протокол № \_\_\_\_\_  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2024г. |  | **Утверждено**  Заведующий МБДОУ детский сад №12 с.Тахта,  Крюкова Е.В.  Приказ № \_\_\_  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**в разновозрастной группы с 3-7 лет**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Разработал:  инструктор по физической культуре  Васильев А.С. |

С.Тахта

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **содержание** | **страница** |
|  | **Введение** | 4 |
| **1.** | **Целевой раздел** | 4 |
| 1.1. | Пояснительная записка | 4 |
| 1.2. | Цель и задачи рабочей программы | 5 |
| 1.3. | Принципы и подходы к формированию рабочей программы | 5 |
| 1.4. | Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста | 6 |
| 1.5. | Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие» | 6 |
| 1.6. | Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов | 8 |
| **2.** | **Содержательный отдел** | 9 |
| 2.1. | Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста | 9 |
| 2.1.1. | Задачи физического развития детей 3-4 лет | 9 |
| 2.1.2. | Задачи физического развития детей 4-5 лет | 9 |
| 2.1.3. | Задачи физического развития детей 5-6 лет | 9 |
| 2.1.4. | Задачи физического развития детей 6-7 лет | 10 |
| 2.2. | Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников | 11 |
| 2.2.1. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет | 11 |
| 2.2.2. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет | 13 |
| 2.2.3. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет | 14 |
| 2.2.4. | Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет | 17 |
| 2.3 | Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие) | 21 |
| 2.4. | Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы | 22 |
| 2.5. | Взаимодействие педагогов | 25 |
| 2.6. | Направления и задачи коррекционно-развивающей работы | 26 |
| 2.7. | Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик | 59 |
| 2.8. | Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие» | 61 |
| **3.** | **Организационный раздел** | 61 |
| 3.1. | Особенности организации РППС | 61 |
| 3.2. | Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие» | 62 |
|  | Используемые материалы | 62 |
|  | Приложения к рабочей программе по реализации ОО «Физическое развитие» | 63 |

**1. Целевой раздел**

**1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках ОО «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

***Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:***

1. Федеральный̆ закон Российской̆ Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Федеральный̆ государственный̆ образовательный̆ стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской̆ Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.
3. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской̆ Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
5. Устав МБДОУ детский сад №12 с. Тахта
6. Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ детский сад №12 с. Тахта.

В рабочей программе сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от трёх до семи лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

Рабочая программа описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ здорового образа жизни, освоению здоровьесберегающих умений.

Рабочая программа включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация рабочей программы инструктора физической культуры предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть рабочей программы направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

**1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы**

**Цель рабочей программы:** создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель рабочей программы достигается через решение **задач,** обозначенных в ФОП:

- обеспечение единых для РФ содержания дошкольного образования и планируемых результатов освоения образовательной̆ программы дошкольного образования;

- построение (структурирование) содержания образовательной̆ работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей̆ развития;

- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей̆ дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей̆ и индивидуальных возможностей̆;

- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей̆ ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей̆, в том числе их эмоционального благополучия;

- обеспечение психолого-педагогической̆ поддержки семьи и повышение компетентности родителей̆ (законных представителей̆) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей̆.

**1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

Рабочая программа инструктора физической культуры по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

***Принцип учёта ведущей деятельности***:

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

***Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей***:

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

***Принцип амплификации детского развития***

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

***Принцип единства обучения и воспитания***

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

***Принцип преемственности образовательной работы***

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. Рабочая программа в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьёй;

***Принцип сотрудничества с семьей***:

- реализация рабочей программы в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

***Принцип здоровьесбережения:***

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

**1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов**

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация рабочей программы инструктора физической культуры по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет в дошкольной образовательной организации опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП.

**1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению дошкольного образования.

**К трем годам:**

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам.

**К четырем годам:**

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, 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 движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

**К пяти годам**:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

**К шести годам:**

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.

**К концу дошкольного возраста:**

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;

- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;

- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям.

**1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

Педагогическая диагностика в дошкольной образовательной организации – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Решение о проведении педагогической диагностики физического развития воспитанников принято на педагогическом совете ДОО МБДОУ детский сад №12 с.Тахта (Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202 г.)

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников МБДОУ детский сад №12 с.Тахта дошкольного образования проводится: инструктором по физической культуре, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации:

1. Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста».

**Задачи:**

1. Индивидуализация образования;
2. Оптимизация работы с группой детей.

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

*Стартовая* – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

*Финальная* – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы

Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в индивидуальную карту *(см. Приложение 1: «Паспорт здоровья», Педагогическая диагностика физического развития воспитанников).*

**2. Содержательный отдел**

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 3 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

**2.1 Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:**

***2.1.1. Задачи физического развития детей 3-4 лет***

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;

- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;

- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;

- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

***2.1.2. Задачи физического развития детей 4-5 лет***

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;

- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;

- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;

- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;

- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;

- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;

- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;

- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

***2.1.3. Задачи физического развития детей 5-6 лет***

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;

- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;

- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;

- учить соблюдать правила в подвижные игры, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;

- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;

- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;

- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;

- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

***2.1.4. Задачи физического развития детей 6-7 лет***

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;

- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;

- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;

- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;

- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;

- формировать осознанную потребность в двигательной активности;

- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;

- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;

- продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

***формы организации двигательной деятельности:***

- утренняя гигиеническая гимнастика

- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе

- физкультминутки

- физкультпаузы

- подвижные игры

- бодрящая гимнастика

- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке

- активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)

- самостоятельная двигательная деятельность

***и типы занятий:***

- учебно-тренировочное

- сюжетное

- игровое

- тренировочное

- комплексное

- физкультурно-познавательное

- тематическое

- нетрадиционное

- контрольное.

* 1. **Содержание образовательной деятельности**

Рабочая программа направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;

- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;

- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей̆ в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой̆ образовательных областей̆. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других образовательных областей («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

* + 1. ***Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:***

**Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):**

|  |  |
| --- | --- |
| ***ОВД:*** | - ходьба, бег, прыжки, ползанье, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии. |
| ***ОРУ:*** | - без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений. |
| ***Строевые упражнения:*** | - построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру. |
| ***Музыкально-ритмические упражнения:*** | - ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком;  - имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.);  - поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение. |
| ***Подвижные игры:*** | - сюжетные игры, имитационные упражнения;  - несюжетные игры;  - игры на развитие ориентировки в пространстве;  - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;  - малоподвижные игры. |
| ***Спортивные упражнения:*** | - катание на санках: по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки;  - ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием;  - катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. |
| ***Активный отдых:*** | *-* физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;  - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы. |

***Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:***

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;

- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

- осваивает спортивные упражнения;

- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;

- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности.

***2.2.2.* *Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:***

**Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):**

|  |  |
| --- | --- |
| ***ОВД:*** | - ходьба, бег, прыжки, ползанье, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии. |
| ***ОРУ:*** | - под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортинвентарём. |
| ***Cтроевые упражнения:*** | - построение в колонну по одному, по два, врассыпную;  - построение по росту;  - размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без;  - перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении;  - перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам;  - повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. |
| ***Ритмическая гимнастика:*** | - ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом окончание музыки;  - ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении, прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку;  - выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши;  - комбинации из двух освоенных движений. |
| ***Подвижные игры:*** | - сюжетные игры, имитационные упражнения  - несюжетные игры  - игры на развитие ориентировки в пространстве  - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации  - народные игры  - малоподвижные игры. |
| ***Спортивные упражнения:*** | *Катание на санках:*  - подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.  *Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:*  - по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.  *Ходьба на лыжах:*  - скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой». |
| ***Активный отдых:*** | - физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;  - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы;  - участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей. |

***Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:***

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;

- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;

- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;

- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;

- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки.

***2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:***

**Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):**

|  |  |
| --- | --- |
| ***ОВД:*** | - ходьба, бег, прыжки, ползанье, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии. |
| ***ОРУ:*** | - под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортинвентарём. |
| ***Строевые упражнения:*** | - построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;  - перестроение из одной колоны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;  - повороты направо, налево, кругом;  - размыкание и смыкание. |
| ***Ритмическая гимнастика:*** | - ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;  - ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;  - легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);  - подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах. |
| ***Подвижные игры:*** | - сюжетные игры, имитационные упражнения  - несюжетные игры  - игры на развитие ориентировки в пространстве  - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации  - народные игры  - малоподвижные игры. |
| ***Спортивные упражнения:*** | *Катание на санках:*  - по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.  *Ходьба на лыжах:*  - по лыжне (на расстояние до 500 м.);  - скользящим шагом;  - повороты на месте (направо и налево) с переступанием;  - подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).  *Катание на двухколесном велосипеде, самокате:*  - по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;  - с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь. |
| ***Спортивные игры:*** | *Городки:*  - бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).  *Элементы баскетбола:*  - перебрасывание мяча друг другу от груди;  - ведение мяча правой и левой рукой;  - забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;  - игра по упрощенным правилам.  *Бадминтон:*  - отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам. |
| ***Активный отдых:*** | - физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;  - физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;  - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы;  - туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут). |

***Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:***

- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;

- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;

- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;

- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действия других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;

- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;

- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;

- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;

- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать.

***2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:***

**Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):**

|  |  |
| --- | --- |
| ***ОВД:*** | - ходьба, бег, прыжки, ползанье, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии. |
| ***ОРУ:*** | - в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др. |
| ***Строевые упражнения:*** | - самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу;  - перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3);  - расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две;  - равнение в колонне, шеренге, кругу;  - размыкание и смыкание приставным шагом;  - повороты направо, налево, кругом. |
| ***Ритмическая гимнастика:*** | - отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку;  - танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками;  - поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке;  - ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону;  - кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки. |
| ***Подвижные игры:*** | - сюжетные игры, имитационные упражнения  - несюжетные игры  - игры на развитие ориентировки в пространстве  - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации  - народные игры  - малоподвижные игры |
| ***Спортивные упражнения:*** | *Катание на санках:*  - игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.  *Ходьба на лыжах:*  - скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий;  - попеременным двухшажным ходом (с палками);  - повороты переступанием в движении;  - поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».  *Катание на коньках:*  - удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду);  - приседания из исходного положения стоя;  - скольжение на двух ногах с разбега;  - повороты направо и налево во время скольжения, торможения;  - скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.  *Катание на двухколесном велосипеде, самокате:*  - по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость. |
| ***Спортивные игры*** | *Городки:*  - бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение;  - построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.  *Элементы баскетбола:*  - передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);  - перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; - ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон;  - забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;  - ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.  *Элементы футбола:*  - передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;  - ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;  - играть по упрощенным правилам.  *Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):*  - ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы;  - прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;  - ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;  - забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева);  - попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.  *Бадминтон:*  - перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.  *Элементы настольного тенниса:*  - подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену);  - подача мяча через сетку после его отскока от стола. |
| ***Активный отдых:*** | - физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;  - физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;  - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы;  - туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут). |

***Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:***

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;

- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;

- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;

- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;

- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;

- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;

- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во врем пеших туристских прогулок и экскурсий;

- стремиться оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФОП, с опорой на учебно-методический комплекс к программе «От рождения до школы», перспективным планированием обучения основным видам движений *(см. Приложение 2: Перспективное планирование основных видов движений).*

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство “ГНОМ и Д”, 2004.
3. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
4. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
5. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
6. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
7. Павлова Т.Н. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М.: 2012.
8. Борисова М7М7, Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
9. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
10. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
11. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
12. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
16. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подгото­вительная к школе группа (6-7 лет).
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы уп­ражнений для детей 3-7 лет.
18. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.

**2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы**

Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

***2.4.1. Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию***

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;

- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;

- самостоятельная деятельность детей;

- взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы по физическому развитию.

***2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ***

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной̆ активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей̆ и состояния здоровья;

- при организации образовательной̆ деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой̆, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО;

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической̆ подготовленности и состояния здоровья детей̆. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической̆ культурой̆ и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей̆ метеорологических условий (температуры, относительной̆ влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической̆ культурой̆ проводятся в зале.

*(Приложения 3: Двигательные режимы детей младшего и дошкольного возраста; Приложение 4: План проведения досуговых мероприятий и праздников)*

***2.4.3. Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников***

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

- спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

*(см. Приложение 6: Список спортивного оборудования и инвентаря)*

***2.4.4. Методы реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников***

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ здорового образа жизни традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной̆ деятельности детей̆:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование методов** | **Описание методов** |
| 1. | ***Наглядные методы:*** | - способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;  - наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);  - наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);  - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога). |
| 2. | ***Вербальные методы (словесные):*** | - направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;  - название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствую созданию более точных зрительных представлений о движении. |
| 3. | ***Практические методы*:** | - призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;  - применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений;  - закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях;  - при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях. |
| 4. | ***Информационно-рецептивный̆ метод*:** | - предъявление информации, организация действий̆ ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей̆, чтение). |
| 5. | ***Репродуктивный̆ метод:*** | - создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой̆ на предметную или предметно-схематическую модель). |
| 6. | ***Метод проблемного изложения*:** | - постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений. |
| 7. | ***Эвристический̆ метод (частично-поисковый̆):*** | - проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях). |
| 8. | ***Исследовательский̆ метод*:** | - составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). |

Выбор форм, методов, средств реализации рабочей программы по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей̆. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации рабочей программы.

**2.5. Взаимодействие педагогов**

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей *(см. Приложение 6: «План работы со специалистами ДО»)*

***Взаимодействие с администрацией ДОО****.*

Заведующий детским садом, и заместитель заведующего по учебно-воспитательной работе обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

***Взаимодействие с медицинским персоналом***

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

***Взаимодействие с воспитателями***

Инструктор по физической культуре оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности инструктор по физической культуре проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

***Взаимодействие с музыкальным руководителем***

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

***Взаимодействие с педагогом-психологом***

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом- психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

***Взаимодействие с младшим воспитателем***

Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников. *(см. Приложение 6: План работы на 2023-2024 учебный год)*

**2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы**

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной̆ помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционно-развивающая работа представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. Коррекционно-развивающую работу в ДОО осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физической культуре, и т.д.).

Реализация коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО. Коррекционно-развивающая работа с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использования ассистивных технологий.

***2.6.3 Планируемые результаты.***

В соответствии со [Стандартом](http://internet.garant.ru/document/redirect/70512244/1000) специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ОВЗ к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений обучающихся на разных возрастных этапах дошкольного детства.

***Целевые ориентиры реализации Программы для обучающихся с ЗПР.***

Освоение обучающимися с ЗПР основного содержания АОП ДО, реализуемой в образовательной организации, возможно при условии своевременно начатой коррекционной работы. Однако полиморфность нарушений при ЗПР, индивидуально-типологические особенности обучающихся предполагают значительный разброс вариантов их развития.

Особенности образовательной и коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР состоят в необходимости индивидуально-дифференцированного подхода, снижения темпа обучения, структурной простоты содержания занятий, циклического возврата к уже изученному материалу и обогащения его новым содержанием, определения целевых ориентиров для каждого этапа образовательной деятельности с учетов возможностей конкретной группы и каждого ребенка. В связи с этим, рабочие программы пелагических работников в одинаковых возрастных группах могут существенно различаться.

*Целевые ориентиры освоения Программы детьми* ***второго года жизни****, отстающими в психомоторном и речевом развитии:*

* проявляет двигательную активность, но техническая сторона основных движений страдает, часто требуется поддержка педагогического работника, отмечается общая моторная неловкость, изменяет позу, сидит, ползает, ходит самостоятельно, но не всегда сохраняет равновесие, выполняет знакомые движения по просьбе и подражанию педагогическому работнику, поворачивается к источнику звука.

*Целевые ориентиры освоения Программы детьми* ***третьего года*** *жизни, отстающими в психомоторном и речевом развитии:*

* с удовольствием двигается - ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивает, лазает, перешагивает); способен подражать движениям педагогических работников в плане общей и мелкой моторики; осваивает координированные движения рук при выполнении простых действий с игрушками (кубиками, пирамидкой).

*Целевые ориентиры освоения Программы детьми дошкольного возраста с ЗПР* ***к 5 годам****:*

* Физическое развитие: ребенок осваивает все основные движения, хотя их техническая сторона требует совершенствования. Практически ориентируется и перемещается в пространстве. Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре (воспитателя). Принимает активное участие в подвижных играх с правилами. Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором, крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.

*Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы детьми с ЗПР* ***к 7-8 годам****:*

* Физическое развитие: у ребенка развита крупная и мелкая моторика, движения рук достаточно координированы, рука подготовлена к письму, подвижен, владеет основными движениями, их техникой, может контролировать свои движения и управлять ими, достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений, обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

***Целевые ориентиры реализации Программы для обучающихся с УО.***

*Целевые ориентиры обучающихся раннего возраста с легкой умственной отсталостью - к* ***трем годам*** *ребенок умеет:*

* самостоятельно перемещается в пространстве (ходьба); проявляет интерес к игрушке и различным предметно-игровым действиям с ней; откликается на свое имя; использует коммуникативные средства общения со педагогическим работником (жесты, слова: "привет, пока, на, дай").

*Целевые ориентиры к концу дошкольного возраста обучающихся с легкой умственной отсталостью -* ***к семи годам*** *ребенок умеет:*

* здороваться при встрече со знакомыми педагогическим работником и другими детьми, прощаться при расставании, пользуясь при этом невербальными и вербальными средствами общения; знать и выполнять некоторые упражнения из комплекса утренней зарядки или разминки в течение дня; самостоятельно участвовать в знакомых подвижных и музыкальных играх.

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития обучающихся, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

1. педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
2. карты развития ребенка с ОВЗ;
3. различные шкалы индивидуального развития ребенка с ОВЗ.

**2.9. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»**

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укрепления их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО. *(см. Приложение 8: План работы с родителями)*

1. **Организационный раздел**

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

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной̆ среды и фактор, мощно обогащающий̆ развитие детей̆. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО выступает основой̆ для разнообразной̆, разносторонне развивающей̆, содержательной̆ и привлекательной̆ для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда представляет собой̆ единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей̆ дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной̆ творческой̆ деятельности детей̆. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создает возможности для учета особенностей̆, возможностей̆ и интересов детей̆, коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой̆ по содержанию, масштабу, художественному решению.

*При проектировании развивающей предметно-пространственной среды ДОО учтены:*

* местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно- климатические условия, в которых находится ДОО;
* возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей̆ их деятельности, содержание воспитания и образования;
* задачи образовательной̆ программы для разных возрастных групп;
* возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

*Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:*

- физкультурный зал

- физкультурные центры в групповых помещениях

- спортивная площадка на территории ДОО.

**3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»**

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

* возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
* выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
* выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
* выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
* возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей- инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

**Используемые материалы:**

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской̆ Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа МАДОУ «Чебурашка».
5. Инновационная программа дошкольного образования./ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд. исправ. и доп.-М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. – с. 336.
6. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста/Сост. Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович.-Спб.: Изд-во Акцидент, 1995.-36 с.
7. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 88 с.
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -112 с.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -160 с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -192 с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2020. -160 с.
12. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -168 с.

Приложение 1

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА №1**

**Педагогические наблюдения**

**на начало 2023-2024 учебного года**

**Диагностическая карта**

**Группы №**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Таблица №1

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Ф.И. ребёнка** | **Ориентировка в пространстве** | | | **ОРУ** | | | **Основные движения** | | | | | | | | | | | | **Подвижные игры** | | |
|  | |  | | |  | | | Прыжки | | | Ползание, лазание | | | Равновесие | | | Бросание, ловля, метание | | |  | | |
|  | | с | с/ф | н/с | с | с/ф | н/с |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: \_\_\_\_\_\_\_ детей  (считается в %) на начало уч. года | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА №2**

**Педагогические наблюдения**

**на начало и конец 2023-2024 учебного года**

**Диагностическая карта**

**Группы №**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Таблица №2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Ф.И. ребёнка** | **Ориентировка в пространстве** | | | **ОРУ** | | | **Основные движения** | | | | | | | | | | | | **Подвижные игры** | | |
|  | |  | | |  | | | Прыжки | | | Ползание, лазание | | | Равновесие | | | Бросание, ловля, метание | | |  | | |
|  | | с | с/ф | н/с | с | с/ф | н/с |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: \_\_\_\_\_\_\_ детей  (считается в %) на начало уч. года | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого: \_\_\_\_\_\_\_ детей  (считается в %) на конец уч. года | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Карта развития:**

1. Результаты наблюдения-качественные показатели;
2. Результаты специально организованного тестирования-количественные показатели.

**Пояснения к таблице:**

1. В таблице проставляем (+) **навык сформирован,** умеет, и закрашиваем квадратик «Зелёным цветом»;
2. В таблице проставляем (+/-) **навык в стадии формирования** и закрашиваем квадратик «Жёлтым цветом»;
3. В таблице проставляем (-) **навык не сформирован** и закрашиваем квадратик «Красным» цветом.

**ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА**

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА № 3**

**Мониторинг развития физических качеств**

**на начало и конец 2023-2024 учебный год**

**Диагностическая карта**

**Группы №** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Таблица №3

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Психофизические качества** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **№**  **п/п** | **ФИО**  **ребенка** | **Выносливость** | | | **Ловкость** | | | **Быстрота** | | | **Сила** | | | **Выносливость** | | | **Координация** | | | **Гибкость** | | | **Равновесие** | | | **Средний**  **% прироста** |
| **Бег 30 м**  **(сек)** | | | **Челночный бег 3х10м (сек)** | | | **Бег 10 м**  **(сек)** | | | **Бросок набивного мяча (см)** | | | **Подъем туловища в сед (кол. раз за 30 сек)** | | | **Прыжок в длину с места (см)** | | | **Наклон вперед сидя, стоя (см)** | | | **Равновесие**  **(стойка на одной ноге)**  **(сек)** | | |
| н/г | к/г | % | н/г | к/г | % | н/г | к/г | % | н/г | к/г | % | н/г | к/г | % | н/г | к/г | % | н/г | к/г | % | н/г | к/г | % |  |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого по группе | | | |  |  | |  |  | | |  | |  |  | |  |  | | | |  |  |  | |  |  |
|  | | | |  |  | |  |  | | |  | |  |  | |  |  | | | |  |  |  | |  |  |

**Паспорт здоровья дошкольников**

детей­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_группы№ \_\_\_\_МАДОУ «Чебурашка»

**за период 2023 - 2024 учебный год**

Таблица №4

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **На начало учебного года** | | | | | | | **На конец учебного года** | | | |
| **№**  **п/п** | **ФИО**  **ребенка** | **Дата рождения** | **Группа здоровья** | **Рост** | **Вес** | **Противопоказания** | **Группа здоровья** | **Рост** | **Вес** | **Противопоказания** |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Приложение 2

Перспективный план освоения основных движений в соответствии с ФОП **2 младшая группа 3-5 года**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Построение** | **Ходьба** | **Бег** | **Равновесие** | **Ползание** | **Метание** | **Прыжки** |
| 1. | Построение врассыпную | Ходьба в заданном направлении  небольшими группами  (знакомство со спортивным залом) |  |  |  |  |  |
| 2. | Построение врассыпную | Ходьба в заданном направлении небольшими группами | Бег группами за направляющим |  | Ползание на четвереньках на расстояние 4 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) |  |  |
| 3. | Построение врассыпную | Ходьба в заданном направлении небольшими группами | Бег группами за направляющим | Ходьба высоко поднимая колени, перешагивая предметы | Ползание на четвереньках на расстояние 4 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) |  |  |
| 4. | Построение в колонну по одному | Ходьба в заданном направлении небольшими группами | Бег группами за направляющим | Ходьба высоко поднимая колени, перешагивая предметы | Ползание на четвереньках на расстояние 4 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) |  |  |
| 5. | Построение в колонну по одному | Ходьба в заданном направлении небольшими группами | Бег группами за направляющим | Ходьба высоко поднимая колени,  перешагивая предметы |  | Прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади |  |
| 6. | Построение в колонну по одному | Ходьба в заданном направлении небольшими группами | Бег группами за направляющим | Ходьба по прямой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным шагом |  | Прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади |  |
| 7. | Построение в колонну по одному | Ходьба в заданном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим | Ходьба по прямой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным шагом |  | Прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади |  |
| 8. | Построение в колонну по одному | Ходьба в заданном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим | Ходьба по прямой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным шагом |  |  | Прыжки на двух ногах на месте |
| 9. | Построение в колонну по одному | Ходьба в заданном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим |  | Ползание на четвереньках на расстояние 5 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) |  | Прыжки на двух ногах на месте |
| 10. | Построение в колонну по одному | Ходьба в заданном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках на расстояние 5 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) |  | Прыжки на двух ногах на месте |
| 11. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба в заданном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках на расстояние 5 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) | Скатывание мяча по наклонной доске |  |
| 12. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба в заданном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим  Бег на носках | Ходьба по прямой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м приставным шагом |  | Скатывание мяча по наклонной доске |  |
| 13. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба в заданном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим  Бег на носках | Ходьба по прямой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м приставным шагом |  | Скатывание мяча по наклонной доске |  |
| 14. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба в за данном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим  Бег на носках | Ходьба по прямой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м  приставным шагом |  |  | Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 2-3 м |
| 15. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба в за данном направлении небольшими группами  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках на расстояние 6 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) |  | Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 2-3 м |
| 16. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег группами за направляющим  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках на расстояние 6 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой) |  | Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед на 2-3 м |
| 17. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках | Ходьба по извилистой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м  обычным шагом | Ползание на четвереньках на расстояние 6 м до кегли (взять ее встать выпрямиться поднять двумя руками над головой |  |  |
| 18. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках | Ходьба по извилистой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным шагом |  | Катание мяча друг другу сидя парами ноги врозь |  |
| 19. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег по кругу | Ходьба по извилистой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м обычным шагом |  | Катание мяча друг другу сидя парами ноги врозь |  |
| 20. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег по кругу | Ходьба по извилистой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м приставным шагом |  | Катание мяча друг другу сидя парами ноги врозь |  |
| 21. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег по кругу | Ходьба по извилистой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м приставным шагом | Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке |  |  |
| 22. | Построение врассыпную | Ходьба врассыпную Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках | Ходьба по извилистой дорожке ширина 15-20 см. длина 2-2,5 м приставным шагом | Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке |  |  |
| 23. | Построение врассыпную | Ходьба врассыпную Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке | Катание мяча друг другу стоя на коленях |  |
| 24. | Построение врассыпную | Ходьба в рассыпную  Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках за катящимся мячом | Катание мяча друг |  |
| 25. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег врассыпную |  | Ползание на четвереньках за катящимся мячом | Катание мяча друг другу стоя на коленях |  |
| 26. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег врассыпную | Ходьба по гимнастической скамейке | Ползание на четвереньках е за катящимся мячом |  |  |
| 27. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег врассыпную | Ходьба по гимнастической скамейке |  | Прокатывание мяча в воротца |  |
| 28. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег в течении 50-60 сек. | Ходьба по гимнастической скамейке |  | Прокатывание мяча в воротца |  |
| 29. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег в течении 50-60 сек. |  |  | Прокатывание мяча в воротца | Прыжки на одной ноге на месте |
| 30. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом по ориентирам по кругу  Ходьба на носках | Бег в течении 50-60 сек. |  | Проползание на четвереньках под дугой (высота 50 см) |  | Прыжки на одной ноге на месте |
| 31. | Построение в колонну по два | Ходьба врассыпную Ходьба на носках | Бег в течении 50-60 сек. |  | Проползание на четвереньках под дугой (высота 50 см) |  | Прыжки на одной ноге на месте |
| 32. | Построение в колонну по два | Ходьба врассыпную Ходьба на носках | Бег в течении 50-60 сек.  Бег на носках |  | Проползание на четвереньках под дугой (высота 50 см) | Прокатывание мяча под дугу |  |
| 33. | Построение в колонну по два | Ходьба врассыпную Ходьба на носках | Бег в течении 50-60 сек.  Бег на носках |  |  | Прокатывание мяча под дугу | Прыжки на одной ноге продвигаясь вперед на 2-3 м |
| 34. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба друг за другом обходя предметы  Ходьба на носках | Бег в течении 50-60 сек.  Бег на носках |  |  | Прокатывание мяча под дугу | Прыжки на одной ноге продвигаясь вперед на 2-3 м |
| 35. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба друг за другом обходя предметы  Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках Бег в течении 50-60 сек. | Ходьба по ребристой доске |  |  | Прыжки на одной ноге продвигаясь вперед на 2-3 м. |
| 36. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба друг за  другом обходя предметы  Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках  Бег в течении 50-60 сек. | Ходьба по ребристой доске |  |  | Прыжки через линию (вперед и,  развернувшись, в обратную сторону |
| 37. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба змейкой  Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках  Бег в течении 50-60 сек. | Ходьба по ребристой доске |  |  | Прыжки через линию (вперед и, развернувшись, в обратную сторону |
| 38. | Построение в шеренгу. Повороты направо и налево переступанием | Ходьба змейкой  Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег на носках  Бег в течении 50-60 сек. |  |  | Прокатывание мяча под дугу стоя парами | Прыжки через линию вперёд и, развернувшись, в обратную сторону |
| 39. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба змейкой Ходьба на носках | Бег одному за направляющим  Бег в течении 50-60 сек. |  |  | Прокатывание  мяча под дугу стоя парами | Прыжки через 2 линии, расстояние 25-30 см. |
| 40. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба змейкой Ходьба на носках | Бег обегая предметы  Бег в течении 50-60 сек. |  |  | Прокатывание  мяча под дугу стоя парами | Прыжки через 2 линии, расстояние 25-30 см. |
| 41. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба змейкой Ходьба на носках | Бег обегая предметы  Бег в течении 50-60 сек. |  |  | Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя руками | Прыжки через 2  линии, раст 25-30 см |
| 42. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба змейкой Ходьба на носках | Бег обегая предметы |  | Проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1м) | Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней  мяч двумя руками |  |
| 43. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба друг за другом  Ходьба высоко поднимая колени | Бег одному за направляющим  Бег на носках |  | Проползание на четвереньках под  3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м) | Ходьба вдоль скамейки,  прокатывая по ней мяч двумя руками |  |
| 44. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках  Ходьба с высоко поднимая колени | Бег одному за направляющим  Бег на носках |  | Проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м) | Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч одной рукой |  |
| 45. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках  Ходьба высоко поднимая колени | Бег одному за направляющим  Бег на носках | Ходьба по наклонной доске |  | Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч одной рукой |  |
| 46. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег вдоль одной линии  Бег в течении 50-60 сек. | Ходьба по наклонной доске |  | Ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч одной рукой |  |
| 47. | Построение в круг по ориентирам | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег вдоль одной линии  Бег в течении 50-60 сек. | Ходьба по наклонной доске |  | Бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя руками, одной рукой |  |
| 48. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег вдоль одной линии  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске | Бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя руками, одной рукой |  |
| 49. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба с остановкой по сигналу | Бег вдоль одной линии  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске | Бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя руками, одной рукой |  |
| 50. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба с остановкой по сигналу | Бег вдоль одной линии  Бег на носках |  | Ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске |  | Прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой |
| 51. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба с остановкой по сигналу | Бег вдоль одной линии  Бег на носках |  |  | Подбрасывание  мяча вверх и ловля его | Прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой |
| 52. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег между двух линий  Бег в течении 50-60 сек. |  |  | Подбрасывание  мяча вверх и ловля его | Прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой |
| 53. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег между двух линий  Бег на носках |  | Влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее | Подбрасывание  мяча вверх и ловля его |  |
| 54. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег между двух линий  Бег в течении 50-60 сек. |  | Влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее | Бросание мяча о землю и ловля его |  |
| 55. | Построение в колонну по одному | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках  Ходьба высоко поднимая колени | Бег со сменой направления  Бег на носках |  | Влезание на лесенку-стремянку или | Бросание мяча о землю и ловля его |  |
| 56. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег со сменой направления  Бег на носках |  |  | Бросание мяча о землю и ловля его | Прыжки в длину с места не менее 40 см |
| 57. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба друг за другом  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег со сменой направления  Бег на носках | Ходьба перешагивая рейки лестницы,  лежащей на полу |  |  | Прыжки в длину с места не менее 40см. |
| 58. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба с  остановкой по сигналу | Бег одному за направляющим Бег на носках  Бег с остановками | Ходьба перешагивая рейки  лестницы, лежащей на полу |  |  | Прыжки в длину с  места не менее 40 см |
| 59. | Построение в колонну по два | Ходьба с остановкой по сигналу  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Бег одному за направляющим по Бег на носках  Бег с остановками | Ходьба перешагивая рейки лестницы,  лежащей на полу |  | Бросание и ловля мяча в парах |  |
| 60. | Построение в колонну по два | Ходьба с остановкой по сигналу  Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени | Медленный бег 120-150 м |  | Подлезание под дугу, не касаясь руками пола | Бросание и ловля мяча в парах |  |
| 61. | Построение в колонну по два | Ходьба парами друг за другом | Бег с остановками Медленный бег 120-150 м |  | Подлезание под  дугу, не касаясь руками пола | Бросание и ловля мяча в парах |  |
| 62. | Построение в колонну по два | Ходьба парами друг за другом | Медленный бег 120-150 м |  | Подлезание под дугу, не касаясь  руками пола | Бросание одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояние 1,5 м |  |
| 63. | Построение в колонну по два | Ходьба парами друг за другом | Медленный бег 120-150 м |  |  | Бросание одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с раст.1,5м. | Прыжки через 4-6 параллельных линий расстояние 15-20 см. |
| 64. | Построение в колонну по два | Ходьба парами в разных направлениях | Медленный бег 120-150 м |  |  | Бросание одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояние 1,5 м | Прыжки через 4-6 параллельных  линий расстояние 15-20 см |
| 65. | Построение в колонну по два | Ходьба парами в разных  направлениях | Медленный бег 120-150 м | Ходьба по шнуру |  |  | Прыжки через 4-6 параллельных линий расстояние 15-20 см. |
| 66. | Построение в колонну по два | Ходьба парами в разных направлениях | Медленный бег 120-150 м | Ходьба по шнуру |  | Метание вдаль |  |
| 67. | Построение в колонну по одному | Ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше) | Медленный бег 120-150 м | Ходьба по шнуру |  | Метание вдаль |  |
| 68. | Построение в колонну по одному | Ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше) | Медленный бег 120-150 м |  |  | Метание вдаль | Спрыгивание с высоты 10-15 см |
| 69. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше) | Медленный бег 120-150 м |  |  | Перебрасывание мяча через сетку | Спрыгивание с высоты 10-15 см |
| 70. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени Ходьба в чередовании с бегом | Бег мелким шагом | Ходьба по плоскому обручу, лежащему на полу приставным шагом |  | Перебрасывание мяча через сетку | Спрыгивание с высоты 10-15 см |
| 71. | Построение в шеренгу Повороты направо и налево переступанием | Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени Ходьба в чередовании с бегом | Бег мелким шагом | Ходьба по плоскому обручу, лежащему на полу приставным шагом |  | Перебрасывание мяча через сетку | Перепрыгивание через веревку высота 2-5 см |
| 72. | Построение в шеренгу  Повороты направо и налево переступанием | Ходьба на носках Ходьба высоко поднимая колени  Ходьба в чередовании с бегом | Бег мелким шагом | Ходьба по плоскому обручу, лежащему на полу приставным шагом |  |  | Перепрыгивание через веревку высота 2-5 см. |

**Перспективный план спортивных игр и упражнений на улице**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сентябрь | Бег | Быстрый бег 10-15 м |
| Октябрь | Катание на трехколесном велосипеде | По прямой, по кругу, с поворотами направо, налево |
| Ноябрь | Упражнение с обручем | Ловля обруча, катящегося от педагога и прокатывание его произвольно |
| Декабрь | Катание на санках | По прямой, перевозя игрушки или друг друга самостоятельно с небольшой горки |
| Январь | Ходьба на лыжах | По прямой, ровной лыжне ступающим шагом и скользящим шагом с поворотами переступанием |
| Февраль | Ходьба на лыжах | По прямой, ровной лыжне ступающим шагом и скользящим шагом с поворотами переступанием |
| Март | Упражнение с обручем | Произвольное прокатывание обруча. Ловля обруча, катящегося от педагога и прокатывание его произвольно |
| Апрель | Бег | Быстрый бег 10-15 м |
| Май | Катание на трехколесном велосипеде | По прямой, по кругу, с поворотами направо, налево |

**Активный отдых**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Физкультурный досуг 1 раз в месяц 20-25 мин | Сентябрь | Тема- «Теремок» |
| Октябрь | Тема- «Веселое путешествие» |
| Ноябрь | Тема- «Мячик круглый есть у нас» |
| Декабрь | Тема- «Загадочный лес» |
| Январь | Тема- «Медведь встречает Новый год» |
| Февраль | Тема- «Царство снежинок» |
| Март | Тема- «Игры с Петрушкой» |
| Апрель | Тема- «На птичьем подворье» |
| Май | Тема- «Веселый клоун» |
| День здоровья 1 раз в квартал | Октябрь | Тема - «Пешая прогулка по территории детского сада» |
| Декабрь | Тема - «Зимние забавы» |
| Март | Тема- «Вместе весело играть» |
| Июнь | Тема- «Мой веселый звонкий мяч» |

Перспективный план освоения основных движений в соответствии с ФОП **старшая группа 5-6 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Построение** | **Ходьба** | **Бег** | **Равновесие** | **Ползание** | **Метание** | **Прыжки** |
| 1. | Построение в шеренгу, перестроение в колонну | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени | Ходьба по шнуру прямо приставляя пятку одной ноги к  носку другой | Ползание на четвереньках с опорой на ладони  и колени |  | Прыжки на месте одна нога вперед  другая назад |
| 2. | Построение в шеренгу, перестроение в колонну | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени | Ходьба по шнуру прямо приставляя пятку одной ноги к носку другой |  | Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой левой) | Прыжки на месте одна нога вперед другая назад |
| 3. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег змейкой |  | Ползание на четвереньках с опорой на ступни  и ладони | Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой левой) | Прыжки на месте  одна нога вперед другая назад |
| 4. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с перестроением на ходу в пары |  | Ползание на четвереньках с опорой на ступни  и ладони | Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой  левой) |  |
| 5. | Построение по  росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну о одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с перестроением находу в пары | Ходьба по шнуру зигзагообразно приставляя пятку одной ноги к носку другой | Ползание на четвереньках с опорой на ступни и ладони |  |  |
| 6. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с перестроением на ходу в пары | Ходьба по шнуру зигзагообразно приставляя пятку одной ноги к  носку другой |  |  | Прыжки на месте ноги скрестно  ноги врозь |
| 7. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в пары | Ходьба по шнуру зигзагообразно приставляя пятку одной ноги к  носку другой |  | Прокатывание обруча, бег за ним и ловля | Прыжки на месте ноги скрестно ноги врозь |
| 8. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в пары |  | Ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени | Прокатывание обруча, бег за ним  и ловля | Прыжки на месте ноги скрестно  ноги врозь |
| 9. | Построение по росту поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в пары | Стойка на гимнастической скамье на одной ноге | Ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени | Прокатывание обруча, бег за ним и ловля |  |
| 10. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в пары | Стойка на гимнастической скамье на одной  ноге | Ползание на четвереньках с опорой на предплечья и колени |  | Прыжки на месте на одной ноге |
| 11. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в пары | Стойка на гимнастической скамье на одной  ноге |  | Прокатывание набивного мяча | Прыжки на месте на одной ноге |
| 12. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег с перестроением на ходу в звенья |  |  | Прокатывание набивного мяча | Прыжки на месте на одной ноге |
| 13. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег с перестроением на ходу в звенья |  | Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч 3-4 м | Прокатывание набивного мяча |  |
| 14. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в звенья |  | Ползание на четвереньках по прямой, толкая  головой мяч 3-4 м |  | Подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной |
| 15. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в звенья | Поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя  на скамье | Ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч 3-4 м |  | Подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной |
| 16. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с  перестроением на ходу в звенья | Поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя  на скамье |  | Передача мяча друг другу стоя в разных  построениях | Подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной |
| 17. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущего | Поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя  на скамье |  | Передача мяча друг другу стоя в разных  построениях | Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии |
| 18. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием  колен  Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево) | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих |  |  | Передача мяча друг другу стоя в разных  построениях | Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные  линии |
| 19. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием  колен  Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево) | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих |  | Ползание на четвереньках  змейкой между кеглями |  | Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через  начерченные линии |
| 20. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием  колен  Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево) | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих |  | Ползание на четвереньках  змейкой между кеглями | Передача мяча друг другу сидя в разных построениях |  |
| 21. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево) | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих | Пробегание по скамье | Ползание на четвереньках змейкой между  кеглями | Передача мяча друг другу сидя в разных  построениях |  |
| 22. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег с подлезанием в обруч | Пробегание по скамье |  | Передача мяча друг другу сидя в  разных построениях |  |
| 23. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с подлезанием в обруч | Пробегание по скамье |  |  | Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед из кружка в кружок |
| 24. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег с подлезанием в обруч |  |  | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в разных построениях | Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед из кружка в кружок |
| 25. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Ползание на четвереньках змейкой между  кеглями | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в разных построениях | Подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед из кружка в кружок |
| 26. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Ползание на четвереньках змейкой между  кеглями | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в  разных построениях | Перепрыгивание с места предметы высотой 30 см |
| 27. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Непрерывный бег 1,5-2 мин | Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на  лежащей на полу доске | Ползание на четвереньках змейкой между  кеглями |  | Перепрыгивание с места предметы  высотой 30 см |
| 28. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с высоким подниманием колен | Бег в колонне по одному  Бег на носках Непрерывный бег 1,5-2 мин | Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на  лежащей на полу доске |  | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя, в  разных построениях | Перепрыгивание с места предметы  высотой 30 см |
| 29. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба в полуприсяде | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих | Ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу  доске |  | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами сидя, в разных  построениях |  |
| 30. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба в полуприсяде | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих |  |  | Перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами сидя, в разных  построениях | Спрыгивание с высоты в обозначенное место |
| 31. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба в полуприсяде | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих |  | Переползание через несколько предметов подряд |  | Спрыгивание с высоты в обозначенное  место |
| 32. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба в полуприсяде | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих | Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой) | Переползание через несколько  предметов подряд |  | Спрыгивание с высоты в обозначенное  место |
| 33. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба в полуприсяде | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих | Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с  поддержкой) | Переползание через несколько  предметов подряд | Отбивание мяча об пол на месте 10раз |  |
| 34. | Построение в круг | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба в полуприсяде | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин | Ходьба по узкой рейке гимнастической  скамейки (с поддержкой) |  | Отбивание мяча об  пол на месте 10 раз | Подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза |
| 35. | Построение в круг | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба в полуприсяде  Ходьба мелким и широким шагом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  |  | Отбивание мяча об  пол на месте 10 раз | Подпрыгивание на месте 30-40 раз  подряд 2 раза |
| 36. | Построение в круг | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба в полуприсяде  Ходьба мелким и широким шагом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Ползание под дугами |  | Подпрыгивание на месте 30-40 раз  подряд 2 раза |
| 37. | Построение в круг | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба в полуприсяде  Ходьба мелким и широким шагом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Проползание под дугами | Ведение мяча 5-6 м |  |
| 38. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба с высоким подниманием колен  Ходьба в полуприсяде | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Проползание под дугами | Ведение мяча 5-6 м | Подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз |
| 39. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках Ходьба на пятках Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  |  | Ведение мяча 5-6 м | Подпрыгивание на  одной ноге 10-15 раз |
| 40. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  одному вдоль границ зала с поворотом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени | Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с  поддержкой) |  |  | Подпрыгивание на одной ноге 10-15  раз |
| 41. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба на пятках  одному вдоль границ зала с поворотом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени | Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с  поддержкой) |  | Метание в цель одной рукой снизу |  |
| 42. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени | Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с  поддержкой) |  | Метание в цель одной рукой снизу | Прыжки на двух ногах с  продвижением вперед на 3-4 м |
| 43. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба в колонне по два вдоль границ зала с поворотом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени |  |  | Метание в цель одной рукой снизу | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м |
| 44. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба в колонне по два вдоль границ зала с  поворотом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени |  | Проползание в тоннели |  | Прыжки на двух ногах с продвижением  вперед на 3-4 м |
| 45. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба в колонне по два вдоль  границ зала с поворотом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени |  | Проползание в тоннели | Метание в цель  одной рукой из-за головы |  |
| 46. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба в колонне по одному вдоль границ зала с поворотом | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих |  | Проползание в тоннели | Метание в цель одной рукой из-за головы | Прыжки на одной ноге правой и левой с продвижением  вперед на 2-2,5 м |
| 47. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с перекатом с пятки на носок | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег со сменой ведущих |  |  | Метание в цель одной рукой из-за  головы | Прыжки на одной ноге правой и левой с продвижением  вперед на 2-2,5 м |
| 48. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с перекатом с пятки на носок | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин | Приседание после бега на носках, руки в стороны |  |  | Прыжки на одной ноге правой и левой с продвижением  вперед на 2-2,5 м |
| 49. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с перекатом с пятки на носок | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин | Приседание после  бега на носках, руки в стороны | Ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени |  |  |
| 50. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с перекатом с пятки на носок | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин | Приседание после бега на носках,  руки в стороны | Ползание по скамейке с опорой на предплечья и  колени |  | Перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик |
| 51. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба гимнастическим шагом | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Ползание по скамейке с опорой на предплечья и  колени |  | Перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат,  кубик |
| 52. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба гимнастическим шагом | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег |  |  | Метание в цель двумя руками снизу | Перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат,  кубик |
| 53. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на носках  Ходьба гимнастическим шагом | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  |  | Метание в цель двумя руками снизу | Впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами |
| 54. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба гимнастическим шагом | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин | Кружение парами, держась за руки |  | Метание в цель  двумя руками снизу | Впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами |
| 55. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег мелким и широким шагом | Кружение парами, держась за руки |  |  | Впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами |
| 56. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег мелким и широким шагом | Кружение парами, держась за руки |  | Метание в цель двумя руками из-за головы |  |
| 57. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени  Бег мелким и широким шагом |  | Ползание по скамейке на четвереньках назад | Метание в цель двумя руками из-за головы |  |
| 58. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Ползание по скамейке на четвереньках  назад | Метание в цель двумя руками из-за головы | Прыжки в длину с места |
| 59. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Ползание по скамейке на четвереньках  назад | Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие) | Прыжки в длину с места |
| 60. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х10 |  |  | Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи,  другие) | Прыжки в длину с места |
| 61. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба змейкой без ориентиров | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х10 |  |  | Метание вдаль предметов разной массы (мешочки,  шишки, мячи, другие) | Прыжки в высоту с разбега |
| 62. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба змейкой без ориентиров | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х10 |  | Проползание под скамейкой |  | Прыжки в высоту с разбега |
| 63. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба змейкой без ориентиров | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Челночный бег 2х10 |  | Проползание под скамейкой | Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи,  другие) | Прыжки в высоту с разбега |
| 64. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба змейкой без ориентиров | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х10 |  | Проползание под скамейкой | Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи,  другие) | Прыжки в длину с разбега |
| 65. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба змейкой без ориентиров | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х10 |  | Проползание под скамейкой | Метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи, другие) | Прыжки в длину с разбега |
| 66. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба змейкой без ориентиров | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х10 |  | Проползание под скамейкой | Перебрасывание мяча из одной  руки в другую | Прыжки в длину с разбега |
| 67. | Построение по росту, поддерживая равновесие в шеренге, перестроение в колонну по одному | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба змейкой без ориентиров | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко поднимая колени Челночный бег 2х10 |  | Проползание под скамейкой | Перебрасывание  мяча из одной руки в другую | Прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку высота 3-5 см |
| 68. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко  поднимая колени  Бег под вращающейся скакалкой |  |  | Перебрасывание мяча из одной руки в другую | Прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку высота 3-5см |
| 69. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках Бег высоко  поднимая колени  Бег под вращающейся скакалкой |  | Лазание по гимнастической стенке чередующимся  шагом |  | Прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную  скакалку высота 3-5 см |
| 70. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м. | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Бег под вращающейся скакалкой |  | Лазание по гимнастической стенке чередующимся  шагом | Подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд |  |
| 71. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин |  | Лазание по гимнастической стенке чередующимся  шагом | Подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз  подряд | Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на  другую с места |
| 72. | Построение по росту, поддерживая равновесие в колонне | Ходьба обычным шагом  Ходьба на носках  Ходьба на пятках  Ходьба с закрытыми глазами 3-4 м | Бег в колонне по одному  Бег на носках  Бег высоко поднимая колени  Непрерывный бег 1,5-2 мин | Ласточка на  ограниченной опоре |  | Подбрасывание и ловля мяча одной  рукой 4-5 раз подряд | Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на  другую с места |

**Перспективный план спортивных игр и упражнений на прогулке**

|  |  |
| --- | --- |
| Сентябрь | |
| Бег | Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза Челночный бег 3х10 Пробегание на скорость 20 м |
| Городки | Бросание биты сбоку  Выбивание городка с полукона 2-3 м Выбивание городка с кона 5-6 м  Знание 3-4 фигур |
| Октябрь | |
| Бег | Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза Челночный бег 3х10 Пробегание на скорость 20 м |
| Катание на 2х колесном велосипеде, самокате | По прямой По кругу  С разворотом |

|  |  |
| --- | --- |
|  | С разной скоростью  С поворотом направо и налево |
| Ноябрь | |
| Бег | Медленный бег 250-300 м |
| Элементы футбола | Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении Ведение мяча ногой между и вокруг предметов  Отбивание мяча о стенку  Передача мяча ногой друг другу 3-5 м Игра по упрощенным правилам |
| Декабрь | |
| Катание на санках | Катание друг друга по прямой Катание друг друга со скоростью Катание с горки  Подъем с санками в гору Торможение при спуске с горки |
| Январь | |
| Ходьба на лыжах соблюдая правила передвижения | Ходьба скользящим шагом  Повороты на месте (направо и налево) с переступанием Подъем на склон прямо «ступающим шагом»  Подъем на склон прямо «полуёлочкой» прямо и наискось По лыжне на раст. до 500 м |
| Февраль | |
| Ходьба на лыжах соблюдая правила передвижения | Ходьба скользящим шагом  Повороты на месте (направо и налево) с переступанием Подъем на склон прямо «ступающим шагом»  Подъем на склон прямо «полуёлочкой» прямо и наискось По лыжне на раст. до 500 м |
| Март | |
| Элементы футбола | Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении Ведение мяча ногой между и вокруг предметов |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Отбивание мяча о стенку  Передача мяча ногой друг другу 3-5 м Игра по упрощенным правилам |
| Апрель | |
| Скакалка | Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую шагом Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую бегом Прыжки со скакалкой: прыжки через вращающуюся скакалку на двух ногах |
| Май | |
| Бег | Медленный бег 250-300 м |
| Элементы баскетбола | Перебрасывание мяча друг другу от груди Ведение мяча правой и левой рукой  Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди Игра по упрощенным правилам |
| Июнь | |
| Бег | Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза Челночный бег 3х10 Пробегание на скорость 20 м |
| Бадминтон | Отбивание волана ракеткой в заданном направлении Игра с педагогом |
| Июль | |
| Скакалка | Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую шагом Прыжки со скакалкой: перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую бегом Прыжки со скакалкой: прыжки через вращающуюся скакалку на двух ногах |
| Август | |
| Бег | Быстрый бег 10 м 2-3-4 раза Челночный бег 3х10 Пробегание на скорость 20 м |
| Городки | Бросание биты сбоку  Выбивание городка с полукона 2-3 м |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Выбивание городка с кона 5-6 м Знание 3-4 фигур |

**Активный отдых**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Физкультурный праздник 2 раза в год |  | Зимний спортивный праздник 1.5 час |
| Летний спортивный праздник 1,5 час |
| Физкультурный досуг 1 раз в месяц во второй половине дня | Сентябрь | Тема- «День знаний» |
| Октябрь | Тема- «Сбор урожая» |
| Ноябрь | Тема - «День народного единства» |
| Декабрь | Тема- «Новый год» |
| Январь | «Зимние виды спорта» |
| Февраль | Тема- «День Защитника отечества» |
| Март | Тема- «Мамин день» |
| Апрель | Тема- «День космонавтики» |
| Май | Тема- «День Победы» |
| День здоровья 1 раз в квартал | Октябрь | Тема- «Чистота- залог здоровья» вопросы гигиены |
| Декабрь | Тема-«В здоровом теле- здоровый дух» закаливание |
| Апрель | Тема- «Надо спортом заниматься» спартакиада |
| Июль | Тема- «Ура! Игра!» дворовые игры |
| Туристические прогулки (пешие прогулки)  В одну сторону 30-40 мин, общая продолжительность не более 1,5-2 час. 20 мин непрерывного движения 10 мин перерыв | Сентябрь | «Путешествие в осенний парк» знакомство с природой родного края |
| Ноябрь | «Малая родина» достопримечательности окружающей территории |
| Январь | «Кристаллы здоровья» ориентировка на местности (поиск кристаллов здоровья) |
| Март | «Скандинавская ходьба» как вид пеших прогулок по заранее разработанному маршруту |
| Май | «Мы помним, мы гордимся» поход к памятнику героям войны |

Перспективный план освоения основных движений в соответствии с ФОП **в группе с 3-5 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Ходьба и бег** | **Равновесие** | **Прыжки** | **Ползание и лазанье** | **Катание, бросание, метание** |
| **сентябрь** | - Упражнять в ходьбе в колонне по одному, по кругу;  - в беге друг за другом | - Учить ходить по рейке, положенной на пол;  - Упражнять в медленном кружении в обе стороны | - Упражнять в прыжках на двух ногах на месте;  - Упражнять в прыжках из кружка в кружок | - Учить ползать на четвереньках по прямой | - Учить катать мяч друг другу |
| **октябрь** | - Упражнять в ходьбе на носках; с высоким подниманием колена;  - в беге в колонне по одному, с одной стороны площадки на другую. | - Упражнять в ходьбе по ребристой доске с перешагиванием через предметы;  - Упражнять в медленном кружении в обе стороны | - Упражнять в прыжках вверх с места; прыжки вокруг и между предметами | - Учить перелезать через бревно;  - Учить ползать на четвереньках между предметами | - Учить катать мяч в воротца  - Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками снизу |
| **ноябрь** | - Упражнять в ходьбе по кругу, в колонне по одному, змейкой;  - в беге в колонне по одному, на носочках, змейкой. | - Упражнять в ходьбе по бревну, скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой | - Упражнять в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед;  между предметами. | - Учить ползать на четвереньках вокруг предметов;  - Учить пролезать в обруч | - Учить катать мяч между предметами  - Учить метать мяч в горизонтальную цель двумя руками от груди |
| **декабрь** | - Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колена; по два; в разных направлениях  - в беге в медленном темпе, змейкой | -Упражнять в ходьбе по ребристой доске с перешагиванием через предметы;  -Упражнять в медленном кружении в обе стороны | - Упражнять в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед; через шнур | - Учить ползать на четвереньках между предметами | - Учить катать мяч в воротца  -Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди |
| **январь** | - Упражнять в ходьбе по кругу и в разных направлениях;  - в беге по прямой и змейкой | - Упражнять в ходьбе по скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой | - Учить в прыжках через предметы; между предметами | - Учить ползать на четвереньках между предметами;  - Учить пролезать в обруч | - Учить катать мяч между предметами  -метать мяч в вертикальную цель правой и левой рукой |
| **февраль** | -Упражнять в ходьбе врассыпную, с выполнением заданий  - в беге в медленном темпе, с выполнением заданий | - Учить ходить по рейке, положенной на пол; по прямой дорожке; по ребристой доске с перешагиванием через предметы; | -Учить прыгать с высоты; из кружка в кружок;  -Упражнять в умении прыгать через линию | -Упражнять в лазанье по гимнастической стенке;  - Учить ползать на четвереньках вокруг предметов; | -Метание мяча в горизонтальную цель двумя руками от груди  -Учить ловить мяч, брошенного взрослым |
| **март** | -Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, по два, врассыпную  - в беге по прямой и змейкой; в быстром темпе | - Упражнять в ходьбе по скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой | -Учить прыгать с высоты; на двух ногах на месте;  -Упражнять в умении прыгать через 4-6 линий | -Учить подлезать под препятствие, не касаясь руками пола  -Упражнять в лазанье по гимнастической стенке; | -Учить бросать, ловить мяч  - Учить катать мяч между предметами |
| **апрель** | -Упражнять в ходьбе с выполнением заданий (с поворотом);  -в беге в медленном темпе, с выполнением заданий | -Учить ходить по наклонной доске; по лестнице, положенной на пол. | -Упражнять в умении прыгать через 4-6 линий (поочередно через каждую)  -Учить прыгать в длину с места | -Упражнять в лазанье по гимнастической стенке;  -Упражнять в ползание на четвереньках по прямой | -Упражнять в метании мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой  - ловить мяч, брошенный взрослым |
| **май** | -Упражнять в ходьбе с выполнением заданий (с приседанием);  - в беге в медленном  и быстром темпе | -Упражнять в ходьбе по наклонной доске; по ребристой доске с перешагиванием через предметы; | -Учить прыгать в длину с места, с высоты;  - Упражнять в прыжках вверх с места | -Закреплять умение пролезать в обруч и  подлезать под препятствие, не касаясь руками пола | -Упражнять в бросании и ловле мяча; в метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой |

Перспективный план освоения основных движений в соответствии с ФОП **в группе с 5-6 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Ходьба и бег** | **Равновесие** | **Прыжки** | **Ползание и лазанье** | **Катание, бросание, метание** |
| **сентябрь** | -Учить ходьбе перекатом с пятки на носок; на наружных сторонах стоп  -Упражнять в умении бегать с высоким подниманием колена | Совершенствовать навыки ходьбы по ребристой доске  -Упражнять в  ходьбе по наклонной доске вверх и вниз | -Учить прыгать на одной ноге поочередно  -Учить прыгать на двух ногах в чередовании с ходьбой | -Упражнять ползать на четвереньках, толкая головой мяч  -Упражнять в умении ползать на четвереньках змейкой | -Учить ловить мяч двумя руками  -Упражнять в перебрасывании мяча через препятствие |
| **октябрь** | -Упражнять в ходьбе на пятках, на носках  -Учить бегать в медленном темпе, с высоким подниманием колена | -Учить в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи; с приседанием на середине  -Упражнять в прыжках с продвижением вперед; на месте в чередовании с ходьбой | -Учить ползать на животе подтягиваясь двумя руками; с опорой на предплечья и колени | -Учить прокатывать набивные мячи  -Упражнять в метание предметов в горизонтальную цель |  |
| **ноябрь** | -Упражнять в ходьбе на наружных сторонах стоп, на носках руки за головой  -Закреплять умение бегать на носках по наклонной доске; бег приставным шагом | -Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с приседанием на середине; на носочках | -Упражнять в прыжках с продвижением вперед и на мягкое покрытие (высотой 20 см) | -Упражнять ползать с опорой на предплечья и колени  -Учить перелезать через несколько предметов подряд | -Учить метать предметы на дальность  -Упражнять в отбивании мяча об землю с продвижением вперед |
| **декабрь** | -Упражнять в ходьбе приставным шагом, на наружных сторонах стоп  -Учить бегать боком, в чередовании с ходьбой | -Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке и наклонной доске на носках | -Упражнять в прыжках разными способами  -Упражнять в прыжках на мягкое покрытие (высотой 20 см) | -Упражнять ползать на четвереньках, толкая головой мяч  -Учить пролезать в обруч разными способами | -Учить бросать мяч вверх и ловить его с хлопками  -Учить прокатывать набивные мячи |
| **январь** | -Упражнять в ходьбе приставным шагом, в колонне по трое  -Учить бегать в среднем темпе; врассыпную | -Учить ходить по скамейке боком с мешочком на голове; в  ходьбе по наклонной доске вверх и вниз | -Упражнять в прыжках разными способами (ноги скрестно, ноги врозь)  -Учить прыгать с высоты в обозначенное место | -Учить лазать по гимнастической стенке  -Учить пролезать в обруч разными способами | -Упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую  -Упражнять в метании предметов на дальность |
| **февраль** | -Упражнять в ходьбе приставным шагом вправо и влево, на пятках  -Учить бегать в среднем темпе; челночном беге | - Учить в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи; по наклонной доске на носках | -Учить прыгать в высоту с места прямо и боком  -Упражнять в прыжках на месте в чередовании с ходьбой | -Учить лазать по гимнастической стенке с изменением темпа; перелезание с одного пролета на другой | -Учить перебрасывать мяч друг другу из разных и.п. и из одной руки в другую  -Упражнять в метании предметов на дальность |
| **март** | -Упражнять в ходьбе с выполнением заданий; вдоль стен зала с поворотом  -Упражнять в челночном беге | -Учить ходить по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча; с раскладыванием и собиранием предметов | -Упражнять в прыжках разными способами (ноги скрестно, ноги врозь)  -Учить прыгать в высоту с места прямо и боком | -Учить лазать по гимнастической стенке с изменением темпа;  -Упражнять в пролезании в обруч разными способами | -Упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую  -Учить перебрасывать мяч с отскоком от земли |
| **апрель** | -Упражнять в ходьбе с выполнением заданий  -Учить бегать на скорость; врассыпную; на носках по наклонной доске | -Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с приседанием на середине; в  ходьбе по наклонной доске вверх и вниз | -Учить прыгать через короткую скакалку  -Учить прыгать в длину с места и на мягкое покрытие | -Упражнять в умении перелезать с одного пролета на другой; ползать на четвереньках, толкая головой мяч | -Упражнять в метании предметов в цель  -Упражнять в отбивании мяча об землю с продвижением вперед |
| **май** | -Упражнять в ходьбе на пятках, на носках, на наружных сторонах стоп  -Упражнять в беге мелким и широким шагом | -Учить ходить по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов  -Упражнять в ходьбе по скамейке боком | -Учить прыгать через длинную скакалку | -Упражнять ползать на животе подтягиваясь двумя руками; с опорой на предплечья и колени | -Упражнять в перебрасывании мяча различными способами  -Учить бросать мяч вверх и ловить его с хлопками |

Перспективный план освоения основных движений в соответствии с ФОП **в коррекционно-развивающей группе с 6-7 лет**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Ходьба и бег** | **Равновесие** | **Прыжки** | **Ползание и лазанье** | **Катание, бросание, метание** |
| **сентябрь** | -Упражнять в ходьбе с разным положением рук; на пятках, на носках  -Упражнять в беге с высоким подниманием колена; на носках; | -Упражнять в умении ходить приставным шагом по скамейке  -Учить ходить по скамейке, приседая на одну ногу | -Упражнять в прыжках разными способами в чередовании с ходьбой; с поворотом кругом  -Упражнять прыгать через длинную скакалку | -Учить ползать на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами  -Учить лазать по гимнастической стенке с изменением темпа | -Учить метать в горизонтальную цель  -Упражнять в перебрасывании мяча из одной руки в другую |
| **октябрь** | -Упражнять в ходьбе на наружных сторонах стоп; приставным шагом  -Упражнять в беге в разных направлениях; с сильным сгибанием ног назад; мелким и широким шагом | -Упражнять ходить по скамейке, приседая на одну ногу  -Учить кружиться с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур) | -Учить прыгать с зажатым между ног мешочком  -Упражнять в прыжках разными способами в чередовании с ходьбой | -Упражнять в умении подлезать под дугу несколькими способами  -Упражнять лазать по гимнастической стенке с изменением темпа | -Упражнять в метание предметов на дальность  -Учить перебрасывать мяч через сетку |
| **ноябрь** | -Развивать умение ходить приставным шагом вперед и назад  -Учить бегать с различными заданиями  -Упражнять в беге в чередовании с ходьбой | -Учить ходить по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча  -Учить кружиться с закрытыми глазами | -Учить прыгать с зажатым между ног мешочком  -Учить прыгать через набивные мячи последовательно | -Упражнять в умении перелезать с одного пролета на другой (по диагонали) | -Продолжать учить бросать и ловить мяч двумя руками  -Упражнять в метание предметов на дальность |
| **декабрь** | -Упражнять в ходьбе приставным шагом вперед и назад  -Упражнять в беге в разными заданиями; с сильным сгибанием ног назад | -Учить ходить по скамейке с приседанием и поворотом кругом  -Упражнять ходить по скамейке, приседая на одну ногу | -Учить прыгать через набивные мячи последовательно; вверх из глубоко приседа  -Учить прыгать на мягкое покрытие с разбега | -Учить ползать по скамейке на спине с подтягиванием руками и отталкиванием ногами  -Упражнять в умении подлезать под дугу несколькими способами | -Упражнять в метание предметов на дальность левой и правой рукой  -Учить бросать и ловить мяч одной рукой |
| **январь** | -Учить ходить с поворотом; приставным шагом вперед и назад  -Учить бегать, выбрасывая прямые ноги вперед; со сменой ведущего | -Учить ходить по скамейке с остановкой и перешагиванием через предмет; в  ходьбе по наклонной доске вверх и вниз | -Учить прыгать в длину с места; на одной ноге вправо, влево; на мягкое покрытие с разбега  -Упражнять в прыжках вверх из глубоко приседа; | -Учить лазать по гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног | -Упражнять в умении бросать и ловить мяч одной и двумя руками  -Упражнять в перебрасывание мяча через сетку |
| **февраль** | -Упражнять в ходьбе на наружных сторонах стоп; на носках;  -Упражнять в непрерывном беге | -Упражнять в ходьбе по скамейке боком приставным шагом; ходить по скамейке, приседая на одну ногу | -Учить подпрыгивать на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыгать в длину с места | -Упражнять в умении подлезать под дугу несколькими способами  -Учить лазать по гимнастической стенке | -Учить отбивать мяч в движении и на месте  -Учить метать в цель из положения стоя на коленях |
| **март** | -Упражнять в ходьбе с разным положением рук; с высоким подниманием колена; в полуприседе; в непрерывном беге | -Учить ходить по скамейке, поднимая прямую ногу и делать под ней хлопок; кружиться с закрытыми глазами | -Учить прыгать через мячи; на одной ноге вправо, влево; прыжки на двух ногах на скамейке с продвижением вперед | -Упражнять в подлезании в обруч разными способами  -Учить ползать по скамейке на спине | -Учить метать в цель из разных исходных положений  -Учить бросать мяч вверх, с хлопком и поворотом |
| **апрель** | -Упражнять в ходьбе с изменением направления; приставным шагом  -Учить бегать с прыжком | -Совершенствовать умения и навыки ходьбы с мешочком на голове; с приседанием и поворотом кругом | -Упражнять в прыжках вверх из глубоко приседа  -Упражнять прыгать с разбега | -Упражнять в умении подлезать под дугу несколькими способами; лазать по гимнастической стенке с изменением темпа | -Упражнять в умении бросать и ловить мяч одной и двумя руками  -Учить ведению мяча в разных направлениях |
| **май** | -Учить в ходьбе с выбрасыванием ног вперед; в полуприседе;   -Упражнять в беге на скорость; челночном | -Закреплять умения и навыки в ходьбе по наклонной доске; по скамейке с переступанием и поворотом кругом | -Учить прыгать через большой обруч  -Упражнять прыгать через скакалку | -Учить ползать по скамейке на спине; подлезать под дугу несколькими способами | -Учить метать в движущуюся цель  -Учить отбивать мяч в движении и на месте |

**Примерный перечень**

**основных государственных и народных праздников,**

**памятных дат в календарном плане**

**воспитательной работы в ДОО**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Срок** | **Ответственный** |
| День знаний | Сентябрь | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| День осени | Сентябрь  16.09.2024 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| День дошкольного работника | Сентябрь  27.09.2024 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| Спортивный праздник«Мама, папа, я –спортивная семья | Октябрь | Воспитатели, физинтсруктор |  |
| День народного единства | Ноябрь  1.11.2024 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| День матери | Ноябрь  22.11.2024 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| Новый год и Рождество | Декабрь  27.12.2024 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| День защитника Отечества | Февраль  22.02.2025 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| Масленица | Февраль  28.02.2025 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| Международный женский день | Март  07.03.2025 | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| День смеха | Апрель  01.04.2025 | Воспитатели |
| «День здоровья» – 7апреля | Апрель | Воспитатели, физинтсруктор |
| «Дорога в космос» | Апрель  11.04.2025 | Воспитатели  Музыкальный руководитель  физинструктор |
| «День Победы» | Май  08.05.2025 | Воспитатель,музыкальный руководитель, физинструктор |
| Выпускной | Май  29.05.2025 | Воспитатель,музыкальный руководитель, |
| День защиты детей | Май  30.05.2025 | Воспитатели  Музыкальный руководитель  Фзинструктор |

**Расписание образовательной деятельности по физическому развитию**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Разновозрастная группа (3-7лет)** |
| **Понедельник** | **10.00.-10.25.** |
| **Вторник** |  |
| **Среда** | **10.00.-10.25.** |
| **Четверг** |  |
| **Пятница** | **10.00.-10.25.** |

**План работы с семьями воспитанников**

**План взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями детей**

Таблица №2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание работы** | **Сроки** | **Ответственный** |
| 1. | Консультация «Чего нельзя делать в дошкольном возрасте» | Сентябрь | Инструктор по физической культуре |
| 2. | Выступление на родительском собрании с темой: О физкультурно-оздоровительной работе, проводимой с детьми в течении учебного года. | В течении года | Инструктор по физической культуре |
| 3. | Выставка рисунков с родителями «Осенняя спортивная пора» | Октябрь | Инструктор по физической культуре |
| 4. | Консультация «Весёлая физкультура в семье» | Ноябрь | Инструктор по физической культуре |
| 5. | Организовать информационную галерею-стендов «Физическое развитие дошкольников» | Декабрь | Инструктор по физической культуре |
| 6. | Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт-новости» (фото, картинки, дипломы) | В течении года | Инструктор по физической культуре |
| 7. | Индивидуальные рекомендации и беседы по физическому развитию | В течении года | Инструктор по физической культуре |
| 8. | Консультация «Спортивный уголок дома» | Февраль | Инструктор по физической культуре |
| 9. | Физкультурные досуги согласно перспективному плану для детей | В течении года | Инструктор по физической культуре |
| 10. | Консультация на тему «Спортивные игры на свежем воздухе в весенний период для родителей с детьми» | Март | Инструктор по физической культуре |
| 11. | Пополнение развивающей предметно-пространственной среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием | В течении года | Инструктор по физической культуре, воспитатели групп |
| 12. | Выставка семейных рисунков «Мы спортивная семья» | Апрель | Инструктор по физической культуре |
| 13. | Консультация «Летний отдых и оздоровление детей» | Май | Инструктор по физической культуре |