

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 23

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
МБДОУ д/с № 23  
от «21» 08 2017 г.



УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ д/с № 23  
Т.В. Володина  
от \_\_\_\_\_ 2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ПО РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**  
**ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДО**  
**ПО ОСВОЕНИЮ ДЕТЬМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ**  
**«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

(составлена на основе основной образовательной программы  
«От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой)

Срок реализации программы 2017-2018 учебный год

Автор программы  
воспитатель по физическому развитию  
Мазникова Анна Алесандровна

г. Ставрополь  
2017 год

## СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1 ВВЕДЕНИЕ	3
1.2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ В СООТВЕТСВИИ С ФГОС ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	6
1.3 ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ РАБОЧЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	7
1.4 СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ДЕТЬМИ МЛАДШЕЙ, СРЕДНЕЙ, СТАРШЕЙ ГРУПП ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	8
1.5 ЗНАЧИМЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ, В ТОМ ЧИСЛЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСОБЕННОСТЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО, СРЕДНЕГО, СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНЫХ ВОЗРАСТОВ	12
1.6 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, КАК ОРИЕНТИРЫ ОСОВЕНИЯ ВОСПИТАНИКАМИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	17
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	22
2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	22
2.2 ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	23
2.3 ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ВЗАМОДЕЙСТВИЮ С ВОСПИТАТЕЛЯМИ, РОДИТЕЛЯМИ, СПЕЦИАЛИСТАМИ	24
2.4 ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	26
2.5 КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	53
2.6 ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ	63
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	64
3.1 РАСПИСАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	64
3.2 СТРУКТУРА ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В МЛАДШИХ, СРЕДНИХ, СТАРШИХ ГРУППАХ	65
3.3 ОСНАЩЕНИЕ ПРЕДМЕТНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ	65
3.4 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	68

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

#### 1.1 ВВЕДЕНИЕ

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с ООП «Детского сада № 23» в соответствии с введением в действие ФГОС ДО воспитателем по ФИЗО Мазниковой Анной Александровной.

Программа спроектирована с учётом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников, кроме того учтены концептуальные положения используемой в ДОУ Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

*Используются парциальные программы:*

- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Средняя группа»;
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Старшая группа»;
- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа»;

Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников».

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ, ст. 43, 72.

- Конвенция о правах ребенка (1989 г.).
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (действующая редакция, 2016);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» действует с 01.01.2014 г.
- Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, разработанная в соответствии с ФГОС.
- Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении (утверждено Постановлением Правительства Российской Федерации от 12.09.2008г. № 666).
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 23 г. Ставрополя
- Постановление от 15 мая 2013г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержания и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» («Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г. № 1014 «Об утверждении порядка и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования».

- Постановление Правительства РФ от 23.05.2015 г. №497 "О Федеральной целевой программе развития образования на 2016-2020 годы".

- Постановление от 30 декабря 2015 г. № 1493 «О государственной программе "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы".

### Общие сведения о ДОУ

№	Основные показатели	Полная информация
1	Полное название образовательного учреждения Сокращённое	муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №23 города Ставрополя МБДОУ д/с № 23
2	Юридический адрес / фактический адрес	355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город Ставрополь, улица 50 лет ВЛКСМ, 56
3	Учредитель	Комитет образования администрации города Ставрополя
4	Режим работы ДОУ	пятидневный: с понедельника по пятницу, с 12 – часовым пребыванием детей. Выходные – суббота, воскресенье, праздничные дни

ДОУ осуществляет свою образовательную, правовую, хозяйственную деятельность на основе законодательных нормативных документов:

- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада;

- Лицензия на право ведения образовательной деятельности.

Срок реализации программы - 1 год (2017-2018)

## **1.2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

### **Основные цели и задачи**

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.** Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Физическая культура.** Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и

творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

### **1.3 ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ РАБОЧЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

Рабочая программа по физическому развитию детей сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральными государственными образовательными стандартами:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
- индивидуализацию дошкольного образования (в том числе одарённых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности;
- партнерство с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей;
- обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

Принципы, сформулированные на основе особенностей основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М.А. Васильевой в соответствии с ФГОС:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников.

#### **1.4 СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ДЕТЬМИ СРЕДНЕЙ, СТАРШЕЙ, ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУПП ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

Содержание программы определяется в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Целостность педагогического процесса в ДОУ обеспечивается реализацией основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой в соответствии с ФГОС.

Воспитание и обучение осуществляется на русском языке - государственном языке России.



## **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

**Подвижные игры.** Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

## **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

**Подвижные игры.** Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

## **Подготовительная к школе группа (6-7 лет)**

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать

движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

### **1.5 ЗНАЧИМЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ, В ТОМ ЧИСЛЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСОБЕННОСТЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО, СРЕДНЕГО И СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНЫХ ВОЗРАСТОВ**

Основными участниками реализации программы являются: дети младшего, среднего и старшего дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

*Средняя группа от 4 до 5 лет – количество детей – 268*

*Старшая группа от 5 до 6 лет – количество детей – 116*

*Подготовительная к школе группа от 6 до 7 лет – количество детей -  
37*

Рабочая программа формируется с учётом особенностей базового уровня системы общего образования с целью формирования общей культуры личности воспитанников, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности.

#### **Возрастные особенности физического развития детей.**

##### **Средняя группа (от 4 до 5 лет).**

В возрасте 4-5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5-7см, массы тела 1,5 -2 кг. Рост четырехлетних мальчиков – 100, 3 см, а пятилетних – 107,5 см. Рост

(средний) девочек 4 лет – 99,7см, пяти лет – 106,1 см. Масса тела (средняя) мальчиков и девочек равна в четыре года 15,9 и 15,4 кг, а в пять – 17,8 кг и 17,5 кг соответственно.

При нормальной двигательной активности рост усиливается, а при гиподинамии ребенок может иметь избыточный вес, но недостаточный для своего возраста рост.

При оценке физического развития детей учитываются не только абсолютные показатели, но и пропорциональное их соотношение: вес-рост, объем головы – объем рудной клетки и др.

**Опорно-двигательный аппарат.** Скелет дошкольник отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строение скелета детям 4-5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей.

Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает. Сила кисти правой руки за период от 4 до 5 лет увеличивается в следующих пределах: у мальчиков – от 5,9 до 10 кг, у девочек – от 4,8 до 8,3 кг.

*Во время утренней гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног – не более 5-6 повторений.*

Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует дозировать нагрузку, в частности для мелких мышечных групп.

**Органы дыхания.** К пяти годам тип дыхания заменяется грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких, у мальчиков она больше чем у девочек.

Строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узкие, что затрудняет поступления воздуха в легкие.

*Учитывая относительную потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли бы дышать легко, без задержки.*

**Сердечно - сосудистая система.** Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 4-5 лет от 87 до 112, а частота дыхания от 19 до 29.

Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. *Важно не допускать утомления ребят, вовремя снижать нагрузку и менять характер деятельности.*

**Высшая нервная деятельность.** ЦНС является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов.

Нервные процессы - возбуждения и торможения – у ребенка характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов.

*Именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движений.*

**Старшая группа (от 5 до 6 лет).** Возрастной период от 5 до 7 лет называется периодом «первого вытяжения»; за один год ребенок может вырасти до 7-10 см, а масса тела – 17-18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц – 200 г, а роста 0,5 см.

**Опорно-двигательный аппарат.** Развитие опорно-двигательной системы еще не завершено. Наибольшая вероятность травм возникает при выполнении упражнений, связанных с уменьшением площади опоры или ее повышением.

Позвоночный столб ребенка 5-7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок.

Эластичность и гибкость детской кости могут стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника.

У детей 5-7 лет наблюдается незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление у детей плоскостопия.

К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабые мелкие мышцы, особенно кистей рук.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры.

*При проведении общеразвивающих упражнений воспитатель учитывает, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево.*

У детей появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

**Высшая нервная деятельность.** Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

**Сердечно-сосудистая и дыхательная системы.** К пяти годам размеры сердца у ребенка увеличивается в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста. Средняя частота к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника значительно уже. Жизненная емкость легких у детей 5-6 лет в среднем составляет 1100-1200 см<sup>3</sup>. Число дыханий в минуту в среднем – 25. Максимальная вентиляция легких к шести годам составляет примерно 42дц<sup>3</sup> воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2-7 раз, а при беге еще больше.

#### **Подготовительная к школе группа (от 6-7 лет)**

У детей дошкольного возраста заметно меняются пропорции тела: руки и ноги становятся значительно длиннее и растут быстрее, чем туловище. Если к 6—7 годам длина туловища увеличивается в 2 раза, то длина рук — более чем в 2,5 раза, а длина ног — более чем в 3 раза.

**Опорно-двигательный аппарат.** Постоянство шейной и грудной кривизны позвоночника устанавливается к 7 годам. Кости рук и ног в процессе роста ребенка претерпевают изменения. До 7 лет происходит бурное их окостенение. Мускулатура рук начинает быстро развиваться в 6—7 лет после структурного оформления костной основы и под влиянием упражнения мышц кисти в результате деятельности ребенка.

**Высшая нервная деятельность.** Период относительно «спокойного» развития ВНД. Сила процессов торможения и возбуждения, их подвижность, уравновешенность и взаимная индукция, а также уменьшение силы внешнего торможения обеспечивает возможности широкого обучения ребенка.



**Сердечно-сосудистая и дыхательная системы.** К семи годам у детей ярко выражен грудной тип дыхания. Число дыханий в минуту — в среднем 25. Максимальная вентиляция легких к шести годам примерно 42 дц3 воздуха в минуту. При гимнастических упражнениях она увеличивается в 2— 7 раз, а при беге — еще больше. Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки.

## **1.6 Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками основной образовательной программы дошкольного образования в области «Физическое развитие»**

### **Целевые ориентиры, сформулированные в ФГОС дошкольного образования**

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Освоение примерной основной образовательной программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестаций воспитанников.

Оценка индивидуального развития детей может проводиться педагогом в ходе внутреннего мониторинга становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка, результаты которого могут быть использованы только для оптимизации образовательной работы с группой дошкольников и для решения задач индивидуализации образования через построение образовательной траектории для детей, испытывающих трудности в образовательном процессе или имеющих особые образовательные потребности.

Мониторинг осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни и в процессе непосредственной образовательной работы с ними.

В качестве показателей оценки основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка выделены внешние (наблюдаемые) проявления этих характеристик у ребенка в поведении, в деятельности, во взаимодействии со сверстниками и взрослыми, которые отражают становление этой характеристики на протяжении всего дошкольного возраста. Для построения развивающего образования система мониторинга становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка учитывает необходимость организации образовательной работы в зоне его ближайшего развития. Поэтому диапазон оценки выделенных показателей определяется уровнем развития интегральной характеристики - от возможностей, которые еще не доступны ребенку, до способности проявлять характеристики в самостоятельной деятельности и поведении.

Общая картина по группе позволит выделить детей, которые нуждаются в особом внимании педагога и в отношении которых необходимо скорректировать, изменить способы взаимодействия.

Данные мониторинга должны отражать динамику становления основных (ключевых) характеристик, которые развиваются у детей на протяжении всего образовательного процесса. Прослеживая динамику

развития основных (ключевых) характеристик, выявляя, имеет ли она неизменяющийся, прогрессивный или регрессивный характер, можно дать общую психолого-педагогическую оценку успешности воспитательных и образовательных воздействий взрослых на разных ступенях образовательного процесса, а также выделить направления развития, в которых ребенок нуждается в помощи.

Выделенные показатели отражают основные моменты развития дошкольников, те характеристики, которые складываются и развиваются в дошкольном детстве и обуславливают успешность перехода ребенка на следующий возрастной этап. Поэтому данные мониторинга – особенности динамики становления основных (ключевых) характеристик развития личности ребенка в дошкольном образовании – окажут помощь и педагогу начального общего образования для построения более эффективного взаимодействия с ребенком в период адаптации к новым условиям развития на следующем уровне образования.

Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и проведения квалифицированной коррекции развития детей.

Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей).

Настоящие требования являются ориентирами для:

- а) решения задач формирования Программы; анализа профессиональной деятельности; взаимодействия с семьями воспитанников;
- б) изучения характеристик образования детей в возрасте от 2 месяцев до 8 лет;
- в) информирования родителей (законных представителей) и общественности относительно целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации.

Целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая:

- аттестацию педагогических кадров;
- оценку качества образования;
- оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей);
- оценку выполнения муниципального (государственного) задания посредством их включения в показатели качества выполнения задания;
- распределение стимулирующего фонда оплаты труда работников ДОУ.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.**

У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Имеет начальные представления о здоровом образе жизни.

Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

**Планируемые результаты освоения Программы (часть, формируемая участниками образовательных отношений) к концу учебного года:**

*Средняя группа (от 4 до 5 лет)*

<b>Развитие движений</b>	Уметь ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Уметь бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Уметь ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Уметь перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Уметь энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места уметь сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Уметь прыгать через короткую скакалку. Уметь принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Уметь кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Уметь ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Уметь выполнять построения, соблюдать дистанцию во время передвижения.
<b>Подвижные игры</b>	Уметь выполнять ведущую роль в подвижной игре. Уметь выполнять действие по сигналу.

*Старшая группа (от 5 до 6 лет)*

<b>Развитие движений</b>	Уметь бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Уметь лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Уметь прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Уметь сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
<b>Подвижные игры</b>	Уметь играть в спортивные игры.

*Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)*

<b>Развитие движений</b>	Уметь сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Уметь перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Уметь быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в
--------------------------	--

	колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Уметь самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
<b>Подвижные игры</b>	Уметь самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Возрастная группа	ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ	
	В неделю	В год
Средняя группа (от 4 до 5 лет)	3	108
Старшая группа (от 5 до 6 лет)	3	108
Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)	3	108
<i>Мониторинг двигательных умений детей два раза в год – осень/весна</i>		

#### График организации образовательного процесса

СРОКИ	СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ
1-16 сентября	Мониторинг знаний и умений детей
19 сентября - 31 мая	Фронтальная, подгрупповая, индивидуальная деятельность по расписанию.
1 мая - 12 мая	Итоговый мониторинг двигательных умений детей. Заполнение документации.

Время занятий и их количество в день регламентируется «Программой» и [СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"](#) (от 20 до 30 минут). Занятия с детьми, в основе которых доминирует игровая деятельность, в зависимости от программного содержания, проводятся фронтально, подгруппами, индивидуально. Такая форма организации занятий позволяет педагогу уделить каждому воспитаннику максимум внимания, помочь при затруднении, побеседовать, выслушать ответ.

### Основы программы

ГРУППА	Средняя группа (от 4 до 5 лет)	Старшая группа (от 5 до 6 лет)	Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)
НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ	Физкультурно-оздоровительное		
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ	Физическое развитие		
ПРОГРАММА	Основная образовательная программа «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Веракса, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой, (2014 г.). Программа Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа»; Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Средняя группа»; Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду: Старшая группа».		

## 2.2 ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Оценка эффективности образовательной деятельности осуществляется с помощью мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы. В процессе мониторинга исследуются приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость. Исследуются приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений. Исследуются приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующей развитию крупной и мелкой моторики обеих рук. Исследуются приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений. Проводится путем наблюдений за ребенком, бесед, экспертных оценок, критериально-ориентированного тестирования и др. Такое сочетание низко формализованных и высоко формализованных методов обеспечивает объективность и точность получаемых данных.

Формами подведения итогов реализации программы являются: физкультурно-спортивные праздники; открытые занятия для родителей; участие в мероприятиях разного уровня.

### **2.3 ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С ВОСПИТАТЕЛЯМИ, РОДИТЕЛЯМИ, СПЕЦИАЛИСТАМИ**

<b>МЕСЯЦ</b>	<b>РАБОТА С ВОСПИТАТЕЛЯМИ</b>	<b>РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ</b>
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	Консультация «предметно-развивающая среда физкультурных уголков групп физкультурного оборудования в соответствии с ФГОС в доу»	-Консультация «Физическое развитие ребенка 4-5 лет» (стендовый материал) -Консультация для родителей «Возрастные особенности детей 5-6 лет» (стендовый материал) -Консультация для родителей «Возрастные особенности детей 6-7 лет» (стендовый материал)



<b>ОКТАБРЬ</b>	Провести индивидуальные беседы для воспитателей «Закрепление основных видов движений при физкультурно -оздоровительной деятельности на улице».	Анкетирование родителей на тему: «Основы здорового образа жизни» 4 выпуск газеты для родителей «Спортивная карусель»
<b>НОЯБРЬ</b>	Провести индивидуальные беседы с воспитателями групп по распределению детей по группам здоровья.	5 выпуск газеты для родителей «Спортивная карусель» Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья».
<b>ДЕКАБРЬ</b>	Консультация «использование элементов зимних спортивных игр на прогулке в самостоятельной деятельности детей.	Памятка для родителей всех возрастных групп «Игры с ребенком зимой на прогулке»
<b>ЯНВАРЬ</b>	Консультация «Совместная деятельность воспитателя и детей»	Памятка для родителей «Движение-это жизнь!»
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	Подготовка к мероприятиям посвященным 23 февраля	6 выпуск газеты для родителей «Спортивная карусель» Физкультурный праздник посвященный 23 февраля
<b>МАРТ</b>	Копилка педагога: «Народные подвижные игры»	Консультация для родителей «Упражнения и игровые задания, которые можно выполнять в домашних условиях с Вашими детьми для профилактики детского плоскостопия»
<b>АПРЕЛЬ</b>	Подобрать материал для воспитателей о формах и методах закаливания в летнее время.	Фитнес с мячом для мам Спортивный праздник, посвященный дню здоровья.
<b>МАЙ</b>	Разработать рекомендации по индивидуальной работе с детьми на летний период.	Памятка для родителей подготовительной к школе группы «Контроль за осанкой»  Памятка для родителей всех возрастных групп «Как улучшить осанку ребенка»

# ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

## ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» СРЕДНЯЯ ГРУППА (ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ)

Неделя/ Тема недели	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНА Я ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫ Е ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНА Я ИГРА	
<b>Сентябрь – Физкультурный досуг «Мои любимые ручки»</b>						
<b>МОНИТОРИНГ 1-16</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Мониторинг</b>	Проанализировать технику прыжков в длину с места, дальность прыжка в длину с места, подбрасывание и ловлю мяча двумя руками.	Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному	Разминка без предметов	Прыжки в длину с места, подбрасывание и ловля мяча	Подвижная игра на выбор детей	Дыхательные упражнения
<b>II неделя/ Мониторинг</b>	Проанализировать умение строиться по заданию взрослого, умение находить правую, левую руку, умение ловить мяч с расстояния.	Ходьба в колонне по одному, бег в колонне по одному	Разминка без предметов	Игровое построение в шеренгу, колонну, парами, в круг. Ловля мяча с расстояния.	Подвижная игра на выбор детей	Дыхательные упражнения
<b>III неделя/ Мой родной город Ставрополь. Дома и</b>	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Перестроение в круг. Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную	С мячом	1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола	«Найди себе пару»	Ходьба в колонне по одному. Пальчиковая гимнастика «Дома на нашей улице»
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Детский сад. Игрушки.</b>	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур;	Построение в три колонны. Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Воробышки!»	С флажками	1. Равновесие: ходьба по доске 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед 2. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени.	«Найди свой цвет»	Игра малой подвижности «Где постучали?».

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Октябрь - Физкультурный досуг «Мои любимые ножки»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Осень. Признаки осени.</b>	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	Ходьба в колонне по одному/Затем проводятся упражнения в перешагивании (перепрыгивании)	Без предметов «Осенняя прогулка»	2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке	«Перелет птиц»	Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом».
<b>II НЕДЕЛЯ/ Овощи.</b>	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу,	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке, ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	Без предметов «Урожай»	2. Прокатывание мячей друг другу 1. Прыжки - перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах	«Репка».	Игра м/п «Ровным кругом»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Фрукты. Ягоды.</b>	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	Ходьба с выполнением различных заданий	Без предметов «Во саду ли, в огороде»	. Прокатывание мяча между 4-5 предметами 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Огуречик, огуречик...»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Грибы.</b>	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски.	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски	Без предметов «Во саду ли, в огороде»	1. Лазанье под дугу 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание мяча двумя руками	«У медведя во бору»	Игра малой подвижности «Угадай, где спрятано».
<b>V НЕДЕЛЯ/ Краски</b>	Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Упражнения в ходьбе и беге Построение в круг	Без предметов	1. Лазанье под дугу 2. Прыжки на двух ногах 3. Подбрасывание	«У медведя во бору»	Ходьба в колонне по одному

				мяча двумя руками		
--	--	--	--	-------------------	--	--

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Ноябрь – Физкультурный досуг «Мой любимый носик»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Деревья и кустарники.</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики.	«В парке с осенними листочками»	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 2. Прыжки на двух ногах 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками	«Перелет птиц»	Пальчиковая гимнастика «Две большие сосны»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Труд взрослых. Профессии</b>	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег враспынную	Без предметов «Профессии»	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий 2. Прокатывание мячей друг другу 3. Перебрасывание мяча друг другу	«Изобрази профессию»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ Семья. Я-человек. Мое тело. Кто я? Что я знаю о себе?</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление бег враспынную.	Без предметов «Дружная семья»	1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени 3. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни	«Догони пару»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Дикие животные и их детеныши</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег враспынную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу	Без предметов «Кто в лесу живет»	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе	«Зайцы и волк»	Пальчиковая гимнастика «Мама мишек будит раню»

	сохранение устойчивого равновесия.					
--	------------------------------------	--	--	--	--	--

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Декабрь – Физкультурный досуг «Готовимся к зиме»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/</b> Зима. Признаки Зимы.	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие	Ходьба и бег в колонне по одному ходьба и бег враспынную по сигналу перестроение в колонну	Без предметов «Зима»	1. Равновесие 2. Прыжки через 4-5 брусков	Музыкально-подвижная игра «Снеговик».	Ходьба в колонне по одному, с остановкой по сигналу «Снежинки!» - остановится, «Ветер» - остановиться покачать руками.
<b>II НЕДЕЛЯ/</b> Зимующие птицы	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Ходьба и бег в колонне по одному . Построение в шеренгу.	Без предметов	1. Прыжки со скамейки 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Бег по дорожке (ширина 20 см).	«Совушка»	Ходьба друг за другом в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/</b> Одежда, обувь, головные уборы.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную	без предметов «Одеваемся на прогулку»	1.Перебрасывание мячей друг другу 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	«Снежная карусель»	Ходьба друг за другом в колонне по одному

<b>IV НЕДЕЛЯ/ Новый год! Новогодний праздник</b>	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную	Без предметов «В лес на новогоднюю елку»	1.Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы. 2.Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и стопы. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи	«Дед мороз»	Игра малой подвижности «Найдем Снегурочку».
--	--	---	---	---	-------------	---

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Январь – Физкультурный досуг «Зимние забавы»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Зимние забавы</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными враспынную по всему залу.	С мячом «Снежки»	1. Равновесие-ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. Повторить 3-4 раза. Длина каната или толстой веревки 2-2,5 м. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева (2-3 раза).	«Снежинки и ветер»	Дыхательная гимнастика «Ветры»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Опыты и эксперименты</b>	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег враспынную (2-3 раза).	С мячом	Прыжки с гимнастической скамейки (высота 25 см) (4-6 раз). Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками снизу) (по 10-12 раз).	«Чей кружок быстрее соберется»	Игра малой подвижности «Съедобное-несъедобное»

<b>III НЕДЕЛЯ/ Посуда</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; Ползании по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами «змейкой». Ходьба с перешагиванием через шнуры.	<b>С обручем</b>	1. Отбивание мяча о пол. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.	«Посуда»	Ходьба друг за другом.
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Мебель</b>	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег враспынную	<b>С мячом</b>	1. Лазание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс.	«Найди себе пару»	Пальчиковая игра  «Мебель»

<b>НЕДЕЛЯ/ ТЕМА НЕДЕЛИ</b>	<b>ЗАДАЧИ</b>	<b>ВВОДНАЯ ЧАСТЬ</b>	<b>ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ</b>			<b>ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ</b>
			<b>ОРУ</b>	<b>ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ</b>	<b>ПОДВИЖНАЯ ИГРА</b>	
<b>Февраль Физкультурный праздник 23 Февраля</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Будь осторожен! ОБЖ</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, с перешагиванием через предметы в равновесии; упражнять в подпрыгивании вверх.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег враспынную. Построение в три колонны	«Без предметов»	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. 2. Прыжки через бруски 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи 4. Прыжки через шнур, 5. Перебрасывание мячей друг другу	«Будь внимателен»	Игра малой подвижности «Флажок»

<p>II НЕДЕЛЯ/ Транспорт. ПДД</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Стой!» - остановка.</p>	<p>Без предметов «Машины»</p>	<p>1.Прыжки из обруча в обруч 2. Прокатывание мячей между предметами .Прыжки на двух ногах 4. Прокатывание мячей друг другу</p>	<p>«Самолеты»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».</p>
<p>III НЕДЕЛЯ/ День Защитника Отечества</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закрепить навык ползания на четвереньках.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; по сигналу ходьба на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег в рассыпную. Ходьба и бег в чередовании.</p>	<p>Без предметов «Скоро праздник всех солдат»</p>	<p>.Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 1. Метание мешочков в вертикальную цель 3. Прыжки на двух ногах между предметами</p>	<p>«У солдат порядок строгий»</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>
<p>IV НЕДЕЛЯ/ Домашние птицы.</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами в ползании по гимнастической скамейке, в равновесие, в прыжках на правой и левой ноге.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег в рассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному.</p>	<p>С гимнастической палкой</p>	<p>. Ползание по гимнастической скамейке 1. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки на правой и левой ноге</p>	<p>«Наседка с цыплятами»</p>	<p>Дыхательная гимнастика «Птичка»</p>



НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Март – Физкультурный досуг «Веселые старты»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Мамин день. Начало весны.</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя.	Без предметов	1. Ходьба на носках между 4-5 предметами 2. Прыжки через шнур справа и слева 2. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку	«Перелет птиц»	Игра малой подвижности «Назови ласковое слово для мамы».
<b>II НЕДЕЛЯ/ Комнатные растения.</b>	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег враспынную.	с обручем	. Прыжки в длину с места 2. Перебрасывание мячей через шнур 3. Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы 4. Прокатывание мяча друг другу	«Бездомный заяц»	Пальчиковая гимнастика «Цветок»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Домашние животные и их детеныши</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке, с опорой на колени и ладони.	ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	Без предметов «Дрессированные собачки»	-Прокатывание мяча между предметами -Ползание по гимнастической скамейке на животе  Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине «Проползи - не урони».  - Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове.	«Быстроногие лошади»	Игра малой подвижности «найди и промолчи»
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Перелетные птицы</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «помедвежь»; упражнения в равновесии и прыжках. Упражнять в лазании по гимнастической стенке	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя остановиться	С флажками	1. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки через 5-6 шнуров 4. Лазанье по гимнастической стенке 5. Ходьба по доске, лежащей на полу	«Вороны»	Игра малой подвижности «Найдем зайку»

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i><b>Апрель Физкультурный досуг «Хотим мы быть здоровыми»</b></i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Середина весны</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. Бег врассыпную Упражнения в ходьбе и беге чередуются	«Весна-Красна идет»	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах через препятствия	«Ловишка» («Ау-ау-аукаем, весну приаукиваем»).	Игра малой подвижности «Когда это бывает».
<b>II НЕДЕЛЯ/ Рыбы. Подводный мир.</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места	Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.	С кеглей	1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель 3. Метание мячей в вертикальную цель 4. Отбивание мяча одной рукой	«Ловля рыб»	Пальчиковая гимнастика «Акула»
<b>III неделя/ Пресмыкающиеся.</b>	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками».	С мячом	1. Метание мешочков на дальность 2. Ползание по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м	«Я змея-змея, я – ползу, ползу»	Ходьба в колонне по одному.
<b>IV НЕДЕЛЯ/ День Победы</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; ходьба, высоко поднимая колени; - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.	С лентами	1. Равновесие 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 3. Прыжки на двух ногах между предметами	«Летчики на аэродроме».	Ходьба в колонне по одному

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Май Физкультурный досуг «Путешествие в страну Здоровья»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/</b>	<b>Мониторинг 1-11</b> Проанализировать технику прыжков в длину с места, дальность прыжка в длину с места, подбрасывание и ловлю мяча двумя руками.					
<b>II НЕДЕЛЯ/</b> <b>Насекомые</b>	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего Ходьба и бег враспынную по всему залу	Без предметов «Стрекозы»	1. Прыжки в длину с места через шнур 2. Перебрасывание мячей друг другу 3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	«Поймай комара»	Дыхательное упражнение «Подуй на крылышки»
<b>III НЕДЕЛЯ/</b> <b>Цветы.</b> <b>Травянистые растения</b>	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. Прыжки через короткую скакалку	Ходьба в колонне по одному бег враспынную.	С цветами	1. Метание в вертикальную цель 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи») 4. Прыжки через короткую скакалку.	«Зайцы и волк»	Игра малой подвижности «Найдем зайца»
<b>IV НЕДЕЛЯ/</b> <b>Лето</b>	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. в лазании на гимнастической стенке.	Ходьба в колонне по одному бег в колонне по одному.	«С мячом»	1. Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева 1. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее 2. Равновесие - ходьба по доске	«Раз, два, три – ищи!»	Пальчиковая гимнастика «Лето»

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В  
ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»  
СТАРШАЯ ГРУППА  
(ОТ 5 ДО 6 ЛЕТ)**

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНА Я ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНА Я ИГРА	
<i>Сентябрь – Физкультурный досуг «Путешествие за кладом»</i>						
<b>МОНИТОРИНГ 1-16</b>						
<b>II НЕДЕЛЯ/ Россия - столица России Мой город Ставрополь</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по одному. Ходьба на носках; бег в колонне по одному; по сигналу бег враспынную. Перестроение в колонну по два.	Без предметов	Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через кубики;-прыжки на двух ногах с продвижением вперед.--- - Перебрасывание мяча друг другу двумя руками снизу.	«Любимый город»	Игра малой подвижности «У кого мяч?»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Детский сад. Игрушки Профессии работников детского сада</b>	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; прыжки в высоту; броски мяча вверх	Построение в одну шеренгу; ходьба в колонне по одному на носках; ходьба и бег между предметами.	«Любимые игрушки»	Прыжки на двух ногах; броски малого мяча вверх двумя руками; бег в среднем темпе до 1,5 минут	«Мы веселые ребята»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»



НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Октябрь - Физкультурный досуг «Сильным, ловким вырастай!»</b>						
I НЕДЕЛЯ/ Осень. Признаки осени.	Упражнять в беге продолжительностью до 1 мин.; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу. ходьба в колонне по одному, бег колонной по одному.	«Осенние месяцы»	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом; прыжки на двух ногах через короткие шнуры; броски мяча двумя руками.	«Шишки, желуди, орехи»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»
II НЕДЕЛЯ/ Овощи. Огород.	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча	Построение в шеренгу. Ходьба в колонне по одному с поворотом на сигнал. бег с перешагиванием через бруски.	С гимнастической палкой	Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; броски мяча друг другу двумя руками из-за головы; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	«Огородники»	Упражнения для профилактики плоскостопия «Собери платочек в маленький комочек»
III НЕДЕЛЯ/ Фрукты. Сад. Ягоды.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Построение в шеренгу. ходьба в медленном темпе, широким свободным шагом; ходьба быстрым шагом. бег враспынную.	С малым мячом	Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой; подлезание под дугу прямо и боком в группировке, не касаясь руками пола; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	«Если фрукт, то лови»	Ходьба в колонне по одному
IV НЕДЕЛЯ/ Грибы	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках	Построение в шеренгу; построение в колонну по два (пары); ходьба в колонне по два с поворотом по сигналу; бег враспынную.	С обручем	Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке; ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет; прыжки на двух ногах на препятствие.	«Поймай грибок»	Игра малой подвижности «Летает – не летает»
V НЕДЕЛЯ Краски Осени	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках	Построение в шеренгу; построение в колонну по два (пары); ходьба в колонне по два с поворотом по сигналу; бег враспынную.	С обручем	Пролезание в обруч боком, не касаясь руками пола, в группировке; ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет; прыжки на двух ногах на препятствие.	«Пятнашки»	Игра малой подвижности «Летает – не летает»

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕ ЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНА Я ИГРА	
<b>Ноябрь - Физкультурный досуг «Веселые старты»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Деревья и кустарники</b>	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренге.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, по команде переход на ходьбу с высоким подниманием колен, бег враспынную.	«Деревья и кустарники»	Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг вперед передавая мяч перед собой и за спиной; прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; переброска мяча двумя руками снизу, стоя в шеренгах.	«Колосок»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Труд взрослых. Профессии</b>	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу изменяя направление движения, бег между кубиками, поставленными в один ряд. Перестроение в колонну по три.	«Профессии»	Прыжки с продвижением вперед на правой и левой ноге; переползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками; введение мяча продвигаясь вперед шагом.	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «Маланья»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Я в мире человек (части тела, девочки и мальчики)</b>	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии, повторить упражнения с мячом.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с ускорением и замедлением темпа по сигналу; бег между предметами.	«Мы стройные»	Введение мяча одной рукой продвигаясь вперед шагом; пролезание в обруч прямо и боком в группировке, не касаясь верхнего обода; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом	«Угадай чей голосок?»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Дикие животные и их детеныши</b>	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу; упражнять в равновесии и прыжках.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с заданиями; бег враспынную.	«Дикие животные»	Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола; ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; прыжки на правой и левой ноге до предмета.	«Хитрая лиса»	Игра малой подвижности «У кого мяч?»

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Декабрь - Физкультурный досуг «Встреча Зимы»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Зима. Признаки Зимы.</b>	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия.	Построение в одну шеренгу; ходьба в колонне по одному; бег в колонне между предметами с соблюдением дистанции.	«Зимушка-Зима»	Ходьба по гимнастической скамейке боком, руки в стороны. Прыжки на двух ногах через бруски.	«Снежная королева»	Игра «Сделай фигуру»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Зимушки птицы</b>	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу.	Без предметов	Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед на правой и левой ноге; броски мяча вверх и ловля его двумя руками; ползание на четвереньках между предметами.	«Птички и клетка»	Игра малой подвижности «У кого мяч»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Одежда, обувь, головные уборы</b>	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну по одному; ходьба врассыпную с заданием; бег врассыпную.	Без предметов «Одеваемся на прогулку»	Перебрасывание мяча большого диаметра; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове..	«Сумей промолчать»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Новый год!</b>	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну по одному; ходьба врассыпную с заданием; бег врассыпную.	«Новый год»	Перебрасывание мяча большого диаметра двумя руками снизу и с хлопком; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове..	«Новогодний паровоз»	Ходьба в колонне по одному



НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Январь - Физкультурный досуг «Проказы Зимы»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Зимние забавы</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в забрасывании мяча в кольцо.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. ходьба и бег между кубиками.	«Зимушка-Зима»	Ходьба и бег по наклонной доске; прыжки на правой и левой ноге между кубиками; броски мяча в шеренгах.	«Снеговик»	Игра малой подвижности «Любопытная Варвара»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Зимние виды спорта</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну по одному, ходьба и бег по кругу держась за веревку.	С веревочкой	Прыжки в длину с места; проползание под дугами на четвереньках подталкивая мяч; броски мяча вверх.	«Ветер северный, ветер южный»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ Посуда</b>	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу.	Построение в шеренгу; ходьба в колонне по одному с выполнением задания; ходьба между предметами «змейкой», рассыпную.	На гимнастической скамейке	Перебрасывание мячей друг другу; пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего обода, в группировке; ходьба с перешагиванием через набивные мячи.	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «Кто ушел?»
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Мебель</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг; ходьба и бег по кругу с поворотом в одну и другую сторону.	С обручем	Лазанье на гимнастическую одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек; ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед прыжком ноги врозь; ведение мяча в прямом направлении.	«Займи стул»	Ходьба в колонне по одному

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Февраль- физкультурно-музыкальное развлечение с участием родителей «Наши папы смелые, ловкие, умелые!»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Будь осторожен. ОБЖ</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительность до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу бег враспынную; бег продолжительность до 1 минуты в умеренном темпе, с изменением направления и забрасывании мяча в корзину.	с гимнастической палкой	Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски без паузы; бросание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2м, двумя руками из-за головы.	«Бегущий светофор»	Игра малой подвижности «Эхо»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Транспорт. ПДД</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Построение в шеренгу; перестроение в колонну по одному. затем в круг; ходьба и бег по кругу взявшись за руки; ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу.	с большим мячом	Прыжки в дину с места; отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом; подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке.	«Автобусы»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ День Защитника Отечества</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через нее.	Построение в шеренгу, ходьба и бег между предметами; перестроение в три колонны.	на гимнастической скамейке	Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 2,5 м; подлезание под палку; перешагивание через шнур.	«Защита границ»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Домашние птицы</b>	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе продолжительность до 1 минуты; ходьба и бег враспынную.	без предметов	Лазанье на гимнастическую стенку разноименным способом и передвижение по четвертой рейке, спуск вниз не пропуская реек; ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед.	«Голуби и кот»	Ходьба в колонне по одному

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛ БНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Март – Физкультурный досуг «К нам пришла Весна»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Мамин день- 8 марта. Начало Весны.</b>	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Ходьба в колонне по одному, по сигналу поворот в другую сторону; бег с поворотом в другую сторону; бег врассыпную.	«Добрые слова»	Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове; прыжки из обруча в обруч; перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами.	«Мяч водящему»	Игра малой подвижности «Мартышки»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Комнатные растения.</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочка в цель, в ползании между предметами.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному и в круг; ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде; ходьба и бег врассыпную между кубиками.	без предметов	Прыжки в высоту с разбега, с приземлением на мат; метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча; ползание на четвереньках между предметами.	«мячик кверху»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ Домашние животные и их детеныши</b>	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании на гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с ос меной темпа движения; ходьба и бег врассыпную.	«Домашние животные»	Лазанье по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни; ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше; прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперед.	«Повар и котята»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Перелетные птицы</b>	Упражнять в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, перестроение в колонну по два; ходьба и бег врассыпную.	с обручем	Лазанье под шнур боком, не касаясь его; метание мешочков в горизонтальную цель; ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой.	«гуси-лебеди»	Игра малой подвижности «Сокол»

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Апрель – Физкультурный праздник «папа, мама, я – спортивная семья»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Середина весны</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Ходьба колонной по одному, ходьба и бег по кругу; ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно одной и другой ногой; бег враспынную	«Весенние месяцы»	Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; броски мяча двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах.	«Медведь и пчелы»	Ходьба в колонне по одному
<b>II НЕДЕЛЯ/ Подводный мир. Рыбы</b>	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Построение в шеренгу; ходьба и бег между предметами.	с короткой скакалкой	Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед; прокатывание обручей друг другу, стоя в шеренгах; ползание в обруч прямо и боком.	«Удочка»	Игра малой подвижности «Щука»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Пресмыкающиеся</b>	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба колонной по одному с выполнением заданий; ходьба и бег с перешагиванием через кубики.	с малым мячом	Метание мешочков в вертикальную цель одной рукой, способом от плеча; ползание по прямой, затем перелезание через скамейку; ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы.	«Я змея, я ползу»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ День победы</b>	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия в прыжках.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба и бег колонной по одному между предметами.	Без предметов	Лазанье на гимнастическую стенку произвольным способом и спуск вниз, не пропуская реек; прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед; ходьба по канату боком, приставным шагом, руки на пояс.	«У солдат порядок строгий»	Игра малой подвижности «Шмель»

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Май – Физкультурный досуг «Зеленая страна!»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ /</b>	<b>МОНИТОРИНГ 1-12</b>					
<b>II НЕДЕЛЯ/ Насекомые</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры.	«Птицы и насекомые»	Прыжки в длину с разбега; перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди; ползание по прямой на ладонях и ступнях.	Пятнашки	Игра «Что изменилось?»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Цветы. Травянистые растения.</b>	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; повторить упражнение в равновесии и с обручем.	Построение в шеренгу; ходьба колонной по одному между предметами; ходьба и бег враспынную между предметами.	без предметов	Броски мяча об пол одной рукой и ловля его двумя руками; пролезание в обруч правым и левым боком в группировке; ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, встать и пойти дальше.	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Лето</b>	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба и бег с ускорением и замедлением темпа движений.	«Летние месяцы»	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хватом рук с боков; ходьба с перешагиванием через набивные мячи; прыжки на двух ногах между кеглями.	«Пустое место»	Ходьба в колонне по одному

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В  
ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»  
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА  
(ОТ 6 ДО 7 ЛЕТ)**

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНА Я ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Сентябрь – Физкультурный досуг «Мои помощники»</i>						
<b>МОНИТОРИНГ 1-16</b>						
<b>III НЕДЕЛЯ/ МОЯ СТРАНА РОССИЯ, МОЙ ГОРОД, МОЯ ПЛАНЕТА</b>	Упражнять в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов. Развивать ловкость с упражнением с мячом, координацию движений в задании на равновесие, повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	Ходьба в колонне по одному с четким поворотом на углах. Бег в умеренном темпе, перестроение в 3 колонны.	С мячом	Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке на животе, Ходьба по гимнастической скамейке с заданием	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ ДЕТСКИЙ САД. ИГРУШКИ. ПРОФЕССИИ РАБОТНИКОВ ДЕТСКОГО САДА.</b>	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя, в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	Ходьба и бег по кругу.	Способные художники	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. Ходьба по гимнастической скамейке с заданием. Прыжки из обруча в обруч	«Не попадись»	Ходьба в колонне по одному

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНА Я ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Октябрь - Физкультурный досуг «Путешествие в Страну Чудес»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Середина осени. Признаки осени.</b>	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и в прыжках. Развивать ловкость в упражнении с мячом.	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.	Осенние месяцы	Ходьба по гимнастической скамейке с заданием. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры. Броски мяча вверх и ловля двумя руками.	«Вышибалы»	Ходьба в колонне по одному
<b>II НЕДЕЛЯ/ Овощи. Огород.</b>	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Ходьба с изменением направления движения, бег с перешагиванием через предметы	С обручем	Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги; отбивание мяча одной рукой на месте с продвижением вперед; ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении.	«Не оставайся на полу»	Игра «Эхо»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Фрукты. Сад. Ягоды.</b>	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, повторить упражнение в введении мяча, ползании. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Ходьба в колонне по одному с заданием, бег в среднем темпе; перестроение в 3 колонны	На гимнастических скамейках	Введение мяча по прямой; ползание по гимнастической скамейке, ходьба по рейке гимнастической скамейки, свободно балансируя руками	«Удочка»	Игра малой подвижности «Летает-не летает»
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Грибы</b>	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием. Повторить упражнение на равновесие.	Ходьба в колонне по одному с заданием. Бег враспынную.	С мячом	Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой, ползание под дугой. Прыжки на право и левой ноге между предметами. Ходьба по гимнастической скамейке с заданием.	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному.
<b>V НЕДЕЛЯ Краски Осени</b>	Упражнять в умении действовать с мячом, в прыжках с заданием.	Ходьба и бег в колонне по одному поочередно.	С мячом	«Переноска мячей»; «Пингвины»; «Быстро возьми»	«Совушка»	Ходьба в колонне по одному.

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕ ЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНА Я ИГРА	
<b>Ноябрь - Физкультурный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Деревья и кустарники. Деревья и</b>	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	Ходьба и бег в колонне по одному по кругу с заданием.	Деревья и кустарники	Ходьба по канату боком, приставным шагом; прыжки на двух ногах через шнуры; эстафета с мячом «мяч водящему»	«Догони свою пару»	Игра «Угадай чей голосок»
<b>II НЕДЕЛЯ/ Труд взрослых. Профессии</b>	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Ходьба в колонне по одному с заданием.	Без предметов	Прыжки через короткую скакалку; ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине; броски мяча друг другу двумя руками из-за головы	«Фигуры»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ Я в мире человек (части тела, девочки и мальчики)</b>	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить движение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу; в равновесии.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; ходьба с ускорением и замедлением темпа по сигналу; бег между предметами.	Добрые слова	Введение мяча в прямом направлении; лазанье под дугу; ходьба на носках, руки за головой между предметами.	«Перелет птиц»	Игра малой подвижности «Летает-не летает»
<b>IV НЕДЕЛЯ/ дикие животные и их детеныши</b>	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами; повторить упражнения в прыжках и на равновесии.	Ходьба и бег между предметами; ходьба и бег враспынную; построение в 3 колонны.	Дикие животные	Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева; ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом с заданием; введение мяча одной рукой.	«Фигуры»	Ходьба в колонне по одному



НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Декабрь - Физкультурный досуг «По следам деда Мороза»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Зима. Признаки Зимы.</b>	Упражнять в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации.	Построение парами	«Парами»	Ходьба боком, приставным шагом с мешочком на голове с перешагиванием через предметы. Прыжки на двух ногах между предметами. Бросание мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками	«Хитрая лиса»	Ходьба в колонне по одному
<b>II НЕДЕЛЯ/ Зимующие птицы</b>	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения; повторить упражнение в ползании и эстафету с мячом.	Ходьба в колонне по одному с заданием; перестроение в 3 колонны	Без предметов	Прыжки на правой и левой ноге попеременно; эстафета с мячом «передача мяча в колонне»; ползание по скамейке на ладонях и коленях.	«Салки с ленточкой»	Игра малой подвижности «Эхо»
<b>III НЕДЕЛЯ/ Одежда, обувь, головные уборы</b>	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; упражнять в подбрасывании малого мяча; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Ходьба в колонне по одному с заданием; бег враспынную.	С мячом	Подбрасывание мяча правой и левой рукой и ловля его двумя руками; ползание по гимнастической скамейке на животе; ходьба по рейке гимнастической скамейки.	«Попрыгунчики-воробышки»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Новый год!</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба и бег по кругу с заданием.	Новый год	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях; ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; прыжки на двух ногах зажатых между колен	«Хитрая лиса»	Игра малой подвижности «Эхо»

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Январь - Физкультурный досуг «Зимние забавы»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Зимние забавы</b>	Повторить ходьбу и бег по кругу; ходьба и бег врассыпную с заданием; упражнение на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствия.	Ходьба в колонне по одному с заданием, бег врассыпную с остановкой на сигнал	Зимние месяцы	Ходьба по рейке гимнастической скамейки с мешочком на голове. Прыжки через препятствия. Проведение мяча с одной стороны зала на другую	«День и ночь»	Ходьба в колонне по одному
<b>II НЕДЕЛЯ/ Зимние виды спорта</b>	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Ходьба в колонне по одному с заданием; ходьба и бег врассыпную	С кубиком	Прыжки в длину с места; упражнения «поймай мяч»; ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой.	«Совушка»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ Посуда (кухонная, столовая, чайная)</b>	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием; развивать ловкость и глазомер; повторить лазанье под шнур	Ходьба в колонне по одному с заданием. Ходьба и бег врассыпную, перестроение в 3 колонны	С мячом	Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками; лазанье под шнур правым и левым боком; ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Мебель</b>	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия в прыжках.	Ходьба в колонне по одному с заданием; ходьба и бег врассыпную, перестроение в 3 колонны.	Без предметов	Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами держась за руки. Прыжки через короткую скакалку разными способами.	«Паук и мухи»	Игра малой подвижности на выбор детей

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИ ТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<b>Февраль – Физкультурный праздник, посвященный 23 февраля</b>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Будь осторожен. ОБЖ</b>	Упражнять в сохранении равновесия; закреплять навык энергичного отталкивания от пола; повторить упражнения в бросании мяча; развивать ловкость и глазомер.	Ходьба в колонне по одному с заданием	С обручем	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы. Броски мяча одной рукой, ловля двумя руками. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры.	«Ключи»	Ходьба в колонне по одному
<b>II НЕДЕЛЯ/ Транспорт. ПДД</b>	Упражнять в ходьбе и беге; разучить прыжки с подскоком; упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч.	Ходьба в колонне по одному с заданием; ходьба и бег враспынную.	С гимнастической палкой	Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед. Переброска мячей друг другу. Лазанье под шнур прямо и боком.	«Не оставайся на земле»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ День Защитника Отечества</b>	Повторить ходьбу со сменой темпом движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге; в метании мешочков; повторить упражнения на сохранения равновесия.	Ходьба в колонне по одному с заданием; подпрыгивание попеременно на правой и левой ноге с продвижением; перестроение в колонну по три.	Без предметов	Ходьба парами по стоящим рядом гимнастическим скамейкам. Упражнение «Попади в круг»	«Не попадись»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ Домашние птицы</b>	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания; упражнять в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесия и прыжки.	Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения, ходьба в колонне по одному с заданием. Ходьба и бег враспынную.	С мячом	Ползание на четвереньках между предметами. ходьба по гимнастической скамейке с заданием. Прыжки из обруча в обруч.	«Жмурки»	Игра малой подвижности «Угадай чей голосок»

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛ БНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНАЯ ИГРА	
<i>Март – Физкультурный досуг «Дружная семейка»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/</b> Мамин день- 8 марта. Начало Весны.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	Ходьба в колонне по одному. Ходьба и бег между предметами. Ходьба и бег врассыпную.	Весенние месяцы	Ходьба по гимнастической скамейке с заданием. Прыжки. Эстафета с мячом.	«Ключи»	Ходьба в колонне по одному.
<b>II НЕДЕЛЯ/</b> Комнатные растения.	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; повторить упражнения в прыжках, ползании; задания с мячом.	Ходьба в колонне по одному. Игровое задание «Река и ров»; ходьба и бег врассыпную.	с флажками	Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперед. Перебрасывание мяча через сетку двумя руками. Ползание под шнур.	«Затейники»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/</b> Домашние животные и их детеныши	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранения равновесия.	Ходьба в колонне по одному с заданием. Ходьба и бег врассыпную.	С гимнастической палкой	Метание мешочков в горизонтальную цель. Ползание в прямом направлении на четвереньках. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	«Волк во рву»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/</b> Перелетные птицы	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Ходьба в колонне по одному. Игровое задание «Река и ров». Ходьба и бег врассыпную с заданием.	Без предметов	Ходьба по прямой с перешагиванием через предметы. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.	«Совушка»	Игра малой подвижности на выбор детей.

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖНА Я ИГРА	
<i>Апрель – Физкультурный праздник «папа, мама, я – спортивная семья»</i>						
<b>I НЕДЕЛЯ/ Середина весны</b>	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Игра «Быстро возьми». Ходьба в колонне по одному с заданием.	С мячом	Ходьба по гимнастической скамейке с заданием. Прыжки на двух ногах вдоль шнура. Переброска мячей в шеренгах.	«Хитрая лиса»	Ходьба в колонне по одному
<b>II НЕДЕЛЯ/ Подводный мир. Рыбы</b>	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча друг другу.	Ходьба и бег в колонне по одному с заданием. Ходьба и бег враспынную	С обручем	Прыжки в длину с разбега. Броски мяча друг другу в парах. Ползание на четвереньках.	«Мышеловка»	Ходьба в колонне по одному
<b>III НЕДЕЛЯ/ Млекопитающие, земноводные, пресмыкающиеся</b>	Упражнять в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары; в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба и бег враспынную.	Без предметов	Метание мешочков на дальность. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Ходьба боком, приставным шагом с мешочком на голове, прыжки на двух ногах продвигаясь вперед.	«Затейники»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV НЕДЕЛЯ/ День Победы</b>	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Игровое задание «По местам»	На скамейках	Бросание мяча в шеренгах. Прыжки в длину с разбега. Ходьба на носках между предметами с мешочком на голове.	«Салки с ленточкой»	Ходьба в колонне по одному

НЕДЕЛЯ / ТЕМА НЕДЕЛИ	ЗАДАЧИ	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ	ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ			ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ
			ОРУ	ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ	ПОДВИЖН АЯ ИГРА	
<i>Май – Физкультурный досуг «Мы любим спорт»</i>						
<b>I</b> НЕДЕЛЯ /	<b>МОНИТОРИНГ 1-12</b>					
<b>II</b> НЕДЕЛЯ/ Насекомые	Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения; в прыжках в длину с места, повторить упражнения с мячом.	Ходьба в колонне по одному с заданием. Ходьба и бег враспынную.	С мячом	Прыжки в длину с места; введение мяча одной рукой продвигаясь вперед; пролезание в обруч прямо и боком.	Горелки	Игра малой подвижности «Летает – не летает»
<b>III</b> НЕДЕЛЯ/ Цветы. Травянистые растения. Лекарственные	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге враспынную, в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	Ходьба в колонне по одному заданием, ходьба и бег враспынную.	без предметов	Метание мешочков на дальность. Ходьба по рейке гимнастической скамейке. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	«Воробьи и кошка»	Ходьба в колонне по одному
<b>IV</b> НЕДЕЛЯ/ Лето	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, упражнять в сохранении равновесия, в прыжках.	Ходьба в колонне по одному с заданием, ходьба и бег враспынную.	С палками	Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через кубики. Прыжки на двух ногах между кеглями.	«Охотники и утки»	Игра малой подвижности «Летает-не летает»

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ  
РАЗВИТИЕ»**

**Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

МЕСЯЦ	№	ДАТА	ТЕМЫ ЗАНЯТИЙ
СЕНТЯБРЬ	1.	1-15	МОНИТОРИНГ
	2.		
	3.	18-22	Мой родной город Ставрополь. Дома и улицы
	4.	25-29	Детский сад. Игрушки
ОКТАБРЬ	5.	2-6	Осень. Признаки осени.
	6.	9-13	Овощи
	7.	16-20	Фрукты, ягоды
	8.	23-27	Грибы
	9.	30-3	Краски осени
НОЯБРЬ	10.	6-10	Деревья и кустарники

	11	13-17	Профессии. Труд взрослых
	12.	20-24	Семья. Я- человек. Мое тело. Кто я? Что я знаю о себе?
	13.	27-1	Дикие животные и их детеныши
ДЕКАБРЬ	14.	1-8	Зима. Признаки зимы.
	15.	11-15	Зимующие птицы
	16.	18-22	Одежда, обувь, головные уборы
	17.	25-29	Новый год. Новогодний праздник
ЯНВАРЬ	18.	9-12	Зимние забавы
	19.	15-19	Опыты и эксперименты зимой
	20.	22-26	Посуда
	21.	29-2	Мебель



ФЕВРАЛЬ	22.	5-9	Будь осторожен! ОБЖ
	23.	12-16	Транспорт. ПДД
	24.	19-23	День Защитника Отечества
	25.	26-2	«Домашние птицы»
МАРТ	26.	5-9	Начало весны. Праздник 8 марта - Мамин день.
	27.	12-16	Начало весны. Комнатные растения
	28.	19-23	Домашние животные и их детеныши
	29.	26-30	Перелетные птицы
АПРЕЛЬ	30.	2-6	Середина весны
	31.	9-13	Подводный мир. Рыбы.
	32.	16-20	Пресмыкающиеся

	33.	23-27	День победы
МАЙ	34.		МОНИТОРИНГ
	35.	14-18	Насекомые
	36.	21-25	Цветы. Травянистые растения.
	37.	28-31	«Лето»

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

МЕСЯЦ	№	ДАТА	ТЕМЫ ЗАНЯТИЙ
СЕНТЯБРЬ	1.	1-15	МОНИТОРИНГ
	2.		
	3.	18-22	Россия – столица России, мой родной город Ставрополь
	4.	25-29	Детский сад. Игрушки. Профессии работников детского сада.
ОКТАБРЬ	5.	2-6	Середина Осени. Признаки осени.
	6.	9-13	Овощи. Огород.

	7.	16-20	Фрукты, ягоды. Сад
	8.	23-27	Грибы
	9.	30-3	Поздняя осень
Н О Я Б Р Ъ	10.	6-10	Деревья и кустарники
	11	13-17	Профессии. Труд взрослых
	12.	20-24	Семья. Семейные традиции. Я в мире человек (части тела, девочки и мальчики).
	13.	27-1	Дикие животные и их детеныши
Д Е К А Б Р Ъ	14.	1-8	Зима. Признаки зимы.
	15.	11-15	Зимующие птицы.
	16.	18-22	Одежда, обувь, головные уборы.
	17.	25-29	Новый год. Новогодний праздник.

ЯНВАРЬ	18.	9-12	Зимние забавы.
	19.	15-19	Зимние виды спорта.
	20.	22-26	Посуда
	21.	29-2	Мебель
ФЕВРАЛЬ	22.	5-9	Будь осторожен! ОБЖ
	23.	12-16	Транспорт. ПДД
	24.	19-23	День Защитника Отечества
	25.	26-2	Домашние птицы
МАРТ	26.	5-9	Начало весны. Праздник 8 марта - Мамин день.
	27.	12-16	Начало весны. Комнатные растения
	28.	19-23	Домашние животные и их детеныши

	29.	26-30	Перелетные птицы
АПРЕЛЬ	30.	2-6	Середина весны
	31.	9-13	Подводный мир. Рыбы.
	32.	16-20	Пресмыкающиеся
	33.	23-27	День победы
МАЙ	34.		МОНИТОРИНГ
	35.	14-18	Насекомые
	36.	21-25	Цветы. Травянистые растения.
	37.	28-31	Лето

**Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

МЕСЯЦ	№	ДАТА	ТЕМЫ ЗАНЯТИЙ
-------	---	------	--------------

СЕНТЯБРЬ	1.	1-15	МОНИТОРИНГ
	2.		
	3.	18-22	Моя страна-Россия, мой город, моя планета.
	4.	25-29	Детский сад. Игрушки. Профессии работников детского сада.
ОКТЯБРЬ	5.	2-6	Середина Осени. Признаки осени.
	6.	9-13	Овощи. Огород.
	7.	16-20	Фрукты, ягоды. Сад
	8.	23-27	Грибы
	9.	30-3	Поздняя осень
НОЯБРЬ	10.	6-10	Деревья и кустарники. Деревья и кустарники на участке детского сада.
	11	13-17	Профессии. Труд взрослых
	12.	20-24	Семья. Семейные традиции. Я в мире человек (части тела, девочки и мальчики).
	13.	27-1	Дикие животные и их детеныши

ДЕКАБРЬ	14.	1-8	Зима. Признаки зимы.
	15.	11-15	Зимующие птицы.
	16.	18-22	Одежда, обувь, головные уборы.
	17.	25-29	Новый год. Новогодний праздник.
ЯНВАРЬ	18.	9-12	Зимние забавы.
	19.	15-19	Зимние виды спорта.
	20.	22-26	Посуда (кухонная, столовая, чайная)
	21.	29-2	Мебель
ФЕВРАЛЬ	22.	5-9	Будь осторожен! ОБЖ
	23.	12-16	Транспорт. ПДД
	24.	19-23	День Защитника Отечества

	25.	26-2	Домашние птицы
МАРТ	26.	5-9	Начало весны. Праздник 8 марта - Мамин день.
	27.	12-16	Начало весны. Народная культура и традиции.
	28.	19-23	Домашние животные и их детеныши
	29.	26-30	Перелетные птицы
АПРЕЛЬ	30.	2-6	Середина весны
	31.	9-13	Подводный мир. Рыбы.
	32.	16-20	Пресмыкающиеся. Млекопитающие. Земноводные.
	33.	23-27	День победы
МАЙ	34.		МОНИТОРИНГ
	35.	14-18	Насекомые
	36.	21-25	Цветы. Травянистые растения.



	37.	28-31	Лето
--	-----	-------	------

## 2.6 ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ НА 2016 – 2017 УЧЕБНЫЙ ГОД

МЕСЯЦ	ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВАЯ РАБОТА	ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
СЕНТЯБРЬ	1. Физкультурный досуг «Мои любимые ручки». 2. Физкультурный досуг «Путешествие за кладом». 3. Физкультурный досуг «Мои помощники»	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО
ОКТАБРЬ	1. Физкультурный досуг «Мои любимые ножки». 2. Физкультурный досуг «Сильным ловким вырастай». 3. Физкультурный досуг «Путешествие в страну Чудес»	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО
НОЯБРЬ	1. Физкультурный досуг «Мой любимый носик». 2. Физкультурный досуг «Веселые старты». 3. Физкультурный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО Музыкальный руководитель
ДЕКАБРЬ	1. Физкультурный досуг «Готовимся к зиме». 2. Физкультурный досуг «Встреча зимы». 3. Физкультурный досуг «По следам деда Мороза»	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО
ЯНВАРЬ	1. Физкультурный досуг «Зимние забавы». 2. Физкультурный досуг «Проказы Зимы». 3. Физкультурный досуг «Зимние забавы»	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО
ФЕВРАЛЬ	1. Физкультурный праздник «23 Февраля» с участием родителей. 2. Физкультурный праздник посвященный 23 февраля с участием родителей. 3. Физкультурный праздник посвященный 23 февраля.	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО Музыкальный руководитель
МАРТ	1. Физкультурный досуг «Веселые старты». 2. Физкультурный досуг «К нам пришла Весна». 3. Физкультурный досуг «Дружная семейка»	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО

<b>АПРЕЛЬ</b>	<b>1. Физкультурный праздник «Хотим быть здоровыми» с участием родителей.</b> <b>2. Физкультурный праздник посвященный дню здоровья.</b> <b>3. Физкультурный праздник посвященный дню здоровья.</b>	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО Музыкальный руководитель
<b>МАЙ</b>	<b>1. Физкультурный досуг «Путешествие в страну Здоровья».</b> <b>2. Физкультурный досуг «Зеленая страна».</b> <b>3. Физкультурный досуг «Мы любим спорт»</b>	Средняя группа Старшая группа Подготовительная к школе группа	Воспитатель группы Воспитатель по ФИЗО

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1 РАСПИСАНИЕ ОРГАНИЗОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

Дни недели	1 Китенок (ср.)	2 Морячки (ср.)	3 Рыбки (ср.)	4 Жемчуж. (ср.)	5 Капель. (ср.)	6 Корабли. (ср.)	7 Осмич. (ср.)	8 Пингви. (ср.)	1 Звезд. (стар.)	2 Острова. (стар.)	3 Крабы. (стар.)	Дельфин. (подг.)
<b>понедельник</b>		09.00.- 09.20		10.25- 10.45		09.25- 09.45	10.50- 11.10	11.15 - 11.35	15.45- 16.10	15.15- 15.40	16.15- 16.40	
<b>вторник</b>	09.00- 09.20											09.50- 10.20
<b>среда</b>	09.00- 09.20						09.50- 10.10		15.15- 15.40	15.45- 16.10	16.15- 16.40	
<b>четверг</b>			15.40- 16.00		09.00- 09.20							
<b>пятница</b>		09.00- 09.20	15.15- 15.35	10.10- 10.30	15.40- 16.00	09.40- 10.00		11.05 - 11.25				11.40- 12.10

### **3.2 СТРУКТУРА ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» В МЛАДШИХ И СТАРШИХ ГРУППАХ**

#### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

«Физическое развитие»	Длительность НОД	Неделя	Месяц	Год
	20 минут	2	8	96

#### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

«Физическое развитие»	Длительность ООД	Неделя	Месяц	Год
	25 минут	2	8	96

#### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

«Физическое развитие»	Длительность НОД	Неделя	Месяц	Год
	30 минут	2	8	96

Содержание этапов составлено с учетом возрастных особенностей и в соответствии СанПиН 2.4.1.3049-13 (требования к организации режима дня и учебных занятий). Программа рассчитана на детей 2-6 лет.

### **3.3 ОСНАЩЕНИЕ ПРЕДМЕТНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ**

#### **Предметно-развивающее пространство:**

Организованная образовательная деятельность осуществляется в группах ДОУ, которые оборудованы физкультурными уголками, а также в музыкальном зале 1 раз в неделю.

Предметно – развивающая среда групп многофункциональна, постоянно пополняется, насыщена и разнообразна, обеспечивает комплексное развитие дошкольников. Развивающая среда представлена следующими игровыми пространствами (центрами, уголками): физкультурным уголком. Перечень физкультурного оборудования в группах:

***Примерный набор физкультурного оборудования  
для средней группы***

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Дорожка массажная		2
	Шнур длинный	Длина 150-см, диаметр 2 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	Ребро 20 см	1
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	5
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Кольцеброс (набор)		1
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Обруч большой	Диаметр 75 см	2
Для общеразвивающих упражнений	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	2
	Мяч	Диаметр 10-12 см	5
	Мяч	Диаметр 20 см	5
	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Кубики		20
	Ленточки разноцветные		15
	Султанчики		10
	Шнур короткий	Длина 75 см	5

***Примерный набор физкультурного оборудования  
для старшей и подготовительной групп***

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега			
	Коврик массажный		2
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5

Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	4
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 500 г, 1 кг	1
	Мяч - массажер		5
	Обруч большой	Диаметр 75 см	5
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		6
	Лента короткая	Длина 50-60 см	5
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	5
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	5

### *Набор оборудования для физкультурного зала*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Бревно гимнастическое напольное	Длина 240 см Ширина верхней поверхности 10 см Высота 15 см	2
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см	2
	Дорожка-балансир (лестница веревочная напольная)	Длина 23 см Ширина 33 см Диаметр реек 5 см	1
	Дорожка-змейка (канат)	Длина 200 см Диаметр 6 см	2
	Коврик массажный	75 x 70 см	5
	Куб деревянный малый	Ребро 20 см	5
	Модуль мягкий (комплект из 6-8 сегментов)		1
	Скамейка гимнастическая	Длина 200-300 см Ширина 24 см Высота 25, 30, 40 см	3
Для прыжков			

	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы		2
	Конус с отверстиями		10
	Мат гимнастический	Длина 200 см Ширина 100 см Высота 7 см	3
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	20
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		3
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	5
	Мишень навесная	Длина 60 см Ширина 60 см Толщина 1,5 см	2
	Мяч средний	10-12 см	15
	Мяч для массажа	Диаметр 6-7 см, 10 см	по 15
	Сетка волейбольная с мячом		2
	Баскетбольные щиты с кольцами		4
Для ползания и лазанья	Дуга большая	Высота 50 см, Ширина 50 см	2
	Дуга малая	Высота 30-40 см, Ширина 50 см	2
	Канат гладкий	270-300 см	1
	Лестница деревянная с зацепами	Длина 240 см, Ширина 40 см Диаметр перекладин 3 см Расст. между перекл. 22-25 см	1
	Лестница веревочная	Длина 270-300 см Ширина 40 см Диаметр перекладин 3 см	2
	Стенка гимнастическая деревянная	Высота 270 см Ширина пролета 75, 80, 90 см	4
Для общеразвивающих упражнений	Гантели		30
	Лента короткая	Длина 50-60 см	30
	Мячи-массажеры		15
	Мяч малый	6-8 см	17
	Мяч средний	12 см	17
	Мяч большой	25 см	17
	Обруч малый	Диаметр 54-60 см	10
	Палка гимнастическая	Длина 75-80 см	20

### 3.4 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

НАЗВАНИЕ	ПРОГРАММА	ИЗДАТЕЛЬСТВО	ГОД
От рождения до школы. Основная общеобразовательная	под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С.	Мозаика-Синтез	2014

программа дошкольного образования	Комаровой, М. А. Васильевой		
«Будь здоров, дошкольник!» программа физического развития детей 3-7 лет	Токаева Т.Э.	«ТЦ Сфера»	2015
Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа.	Пензулаева Л.И.	Мозаика-Синтез	2016
Физическая культура в детском саду. Средняя группа.	Пензулаева Л.И.	Мозаика-Синтез	2016
Физическая культура в детском саду. Старшая группа.	Пензулаева Л.И.	Мозаика-Синтез	2016
Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет	Е.И. Подольская	Учитель	2008

### ЛИТЕРАТУРА

1. От рождения до школы. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 368 с.
2. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. /Под ред. Л.И. Пензулаевой – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-80с.
3. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. /Под ред. Л.И. Пензулаевой – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.-112с.
4. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. /Под ред. Л.И. Пензулаевой – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.-128с.
5. Будь здоров, дошкольник. Программа физического развития детей 3-7 лет./Токаева Т.Э. –М.: ТЦ СФЕРА, 2016 – 112с.
6. Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет / авт.-сост. Е.И. Подольская. – Волгоград: Учитель, 2009. – 174 с.