

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка-детский сад № 15 «Светлячок»
муниципальное образование Тбилисский район

УТВЕРЖДЕНО:

на заседании педагогического
совета
протокол № 1
от 31.08.2023 года

Т.П.Петренко
приказ МБДОУ ЦРР-д/с №15
«Светлячок» от 31.08.2023г
№ 206

**План реализации образовательной программы
инструктора по физической культуре Архипенко В.Ю.
по образовательной области «Физическое развитие»
на 2023-2024 учебный год
возраст обучающихся от 3 до 7 лет**

Содержание

1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1 Пояснительная записка Нормативно-правовая база Цель плана реализации Общие задачи плана реализации Принципы и подходы к формированию плана реализации Характеристика детей и групп ДОО Срок реализации плана	4-6
1.2 Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет	6-8
1.3. Планируемые результаты освоения плана реализации	8-9
1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод наблюдения Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод тестирования с фиксацией количественных показателей. Индивидуальная карта развития Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников	10-12 12-13 14 14-15
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие	15-16
2.2. Содержание образовательной деятельности	17
2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности Перспективный план обучения основным движениям в спортивном зале Перспективный план спортивных игр и упражнений на прогулке Перспективный план активного отдыха	17-72
2.4. Интеграция с другими образовательными областями	73
2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие) Модель физкультурных занятий	74-75
2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы	75-76
2.7. Взаимодействие с родителями (законными представителями) Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) План работы с родителями на 2023-2024 учебный год	76-80
2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР) Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в план реализации психолого-педагогического сопровождения	81-84
2.9. План реализации ОП образовательной области Физическое развитие	84-87
2.10. Формы, методы, средства	87-89
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1. Психолого- педагогические условия реализации ОП	89-90
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды. Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки ДОО	91-94

3.3. Технические средства обучения	
3.4. Методическое обеспечение	94
3.5. Режим двигательной активности	94-95
Приложение Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений	96

1.1 Пояснительная записка

План реализации образовательной области «Физическое развитие» предназначена для работы с детьми от 3-х до 7-ми лет МБДОУ ЦРР- д/с №15 «Светлячок», отражает систему организации физической культуры в дошкольном учреждении инструктором по физической культуре.

План реализации разработан в соответствии со следующими нормативными документами, действующими в сфере дошкольного образования:

- Федеральная образовательная план реализации дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года)
- Федеральная адаптированная образовательная план реализации дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ № 1022 от 24 ноября 2022 года)
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17 октября 2013 года), с изменениями №31 от 21 января 2019 года.
- Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года
- Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.
- Федеральный закон от 24 сентября 2022 н. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
- Постановление Правительства Российской Федерации от 17 января 2023 г №33 «О внесении изменений в Положение о Всероссийском физкультурно-оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- Постановление №28 от 28 сентября 2020 года (СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Постановление №2 от 28 января 2021 года (СанПиН 1.2.3685-21) «Санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Уставом муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения центра развития ребёнка - детского сада № 15 «Светлячок»
- Образовательной программой дошкольного образования МБДОУ ЦРР - д/с №15 «Светлячок»

Цель плана реализации: разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно- нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Общие задачи плана реализации:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной плана реализации ДО;

- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого- педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

Принципы и подходы к формированию плана реализации:

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

Характеристика обучающихся и групп на 2023-2024 учебный год:**Общее количество детей** – сентябрь- 166 чел, май-166 чел**Количество детей принявших участие в мониторинге** – сентябрь-119 чел., май-120 чел.**Возраст** – 3-4 года (2 группы), 4-5 лет (2 группы), 5-6 лет (2 группы), 6-7 лет (2 группы).**Гендерные особенности:** мальчиков –75, девочек – 91.**Группы здоровья:** первая – 94 ,вторая - 60, третья- 9, четвертая- 0, пятая-3.

2 младшая группа №1 Девочек -9 Мальчиков-10 Дети с 1 группой здоровья 16 чел Дети со 2 группой здоровья 3 чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	2 младшая группа №2 Девочек-9 Мальчиков-10 Дети с 1 группой здоровья 14 чел Дети со 2 группой здоровья 5чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел
Средняя группа №1(комбинированной направленности) Девочек - 9 Мальчиков- 8 Дети с 1 группой здоровья 11 чел Дети со 2 группой здоровья 5 чел Дети с 3 группой здоровья 1 чел Дети с ОВЗ-6	Средняя группа №2 Девочек 14 Мальчиков 11 Дети с 1 группой здоровья 12 чел Дети со 2 группой здоровья 10 чел Дети с 3 группой здоровья 3 чел
Старшая группа №1 Девочек-12 Мальчиков- 10 Дети с 1 группой здоровья 14чел Дети со 2 группой здоровья 7 чел Дети с 3 группой здоровья 1чел	Старшая группа №2(комбинированной направленности) Девочек - 12 Мальчиков- 5 Дети с 1 группой здоровья 11чел Дети со 2 группой здоровья 6чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел Дети с ОВЗ - 6чел
Подготовительная группа №1(комбинированной направленности) Девочек 8 Мальчиков 9 Дети с 1 группой здоровья 1 чел Дети со 2 группой здоровья 12 чел Дети с 3 группой здоровья 1 чел Дети с 5 группой здоровья 3 чел Дети с ОВЗ - 5 чел Дети-инвалиды- 3чел	Подготовительная группа №2 Девочек 18 Мальчиков 12 Дети с 1 группой здоровья 15 чел Дети со 2 группой здоровья 12чел Дети с 3 группой здоровья 3 чел

План реализации реализуется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников в условиях 10,5 часов пребывания в МБДОУ. Срок реализации плана: 1 учебный год (1 сентября 2023 года – 31 августа 2024 года).

1.2 Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет

Возраст 3-4 года	На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают
-------------------------	---

	всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению педагога, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.
Возраст 4-5 лет	Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физических упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.
Возраст 5-6 лет	Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и

	полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаются освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных педагогом и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.
Возраст 6-7 лет	Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.3. Планируемые результаты освоения плана реализации

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

	действиям с физкультурными пособиями настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности -ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность; -ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
К шести годам	-ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха; -ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений; -ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; -ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов; -ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.
Планируемые результаты на этапе завершения освоения плана реализации (к концу дошкольного детства)	-у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества; -ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими; -ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены; -ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пешим прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности; -ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; -ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности; -ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта; -ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его; -ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.

1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика проводится для определения эффективности педагогических действий и их дальнейшего планирования. Периодичность

проведения диагностики определена ДОО и два раза в год: начальное - в сентябре месяце, итоговое в мае месяце. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе:

- метода наблюдения - дети 3-7 лет;
- метода тестирования с фиксацией количественных показателей - дети 4-7 лет.

На каждого ребенка заводится индивидуальная карта развития.

На каждую группу оформляется сводная ведомость.

Результаты педагогической диагностики представляются в форме справки на педагогическом совете МБДОУ.

Два раза в месяц ведется медико-педагогический контроль за соблюдением СанПиН и физической нагрузки детей на занятиях физкультуры во всех возрастных группах. Результаты фиксируются в справках. Ежедневно ведется учет переболевших детей для проведения физкультурных занятий во всех возрастных группах.

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет.

Метод наблюдения

Результаты контрольных упражнений и движений ребенка незаметно фиксируется, и заносятся в протокол. Показатель развития складывается из данных наблюдений педагога и результата выполнения самим ребенком диагностических заданий. Обучающиеся выполняют задания по показу, по словесному указанию, самостоятельно.

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-4 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	начальное (сент)			итоговое (май)		
1	-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям(бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;	-	V	+	-	V	
2	-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;						
3	-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;						
4	-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах,						

	положительно влияющих на здоровье; .						
5	-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения						

Педагогическая диагностика физического развития детей 4-5 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	начальное (сент)			итоговое (май)		
1	-ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности	-	V	+	-	V	
2	-ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики,						
3	активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений,						
4	с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;						
5	-ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие привлечь внимание взрослого в случае недомогания						

Педагогическая диагностика физического развития детей 5-6 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	начальное (сент)			итоговое (май)		
1	-ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;	-	V	+	-	V	
2	-ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;						
3	-ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль,						

	способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;						
4	-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;						
5	-ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.						

Педагогическая диагностика физического развития на этапе завершения освоения плана реализации

№	ФИО _____ Целевой ориентир	начальное (сент)			итоговое (май)		
1	-у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно- волевые качества;	-	V	+	-	V	
2	-ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;						
3	-ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;						
4	-ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;						
5	-ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;						
6	-ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;						
7	-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;						
8	-ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;						
9	-ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям						

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет.

Метод тестирования с фиксацией количественных показателей.

Обследование основных видов движений проводит инструктор по физической культуре совместно с воспитателем по методике: Прищепа С, Попкова Н., Коняхина Т. Как продиагностировать физическую подготовленность дошкольника // № 1 2004 г журнал «Дошкольное воспитание». - С. 37

В качестве тестовых заданий предлагаются:

Тесты для определения скоростно-силовых качеств

- Бег на 30 м (тест позволяет оценить скоростные качества ребенка).
- Прыжок в длину с места
- Метание на дальность мешочка с песком 200гр (тестируются уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности)

Тесты для определения выносливости

- Бег на 90м, 120м, 150м

Тесты для определения ловкости, равновесия и координационных способностей

- Бег змейкой между предметов 10м (определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки).
- Статическое равновесие (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей).
- Подбрасывание и ловля мяча (тест на ловкость и координацию).
- Отбивание мяча от пола (тестируется ловкость, скорость реакции, устойчивость позы).

Пятибалльная система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы.

Контрольные упражнения проводятся в виде игровых заданий вне занятия в знакомых им и привычных условиях: в спортивном зале или на спортивной площадке детского сада. Упражнения доступны для выполнения детьми, соответствуют их возрастным и индивидуальным возможностям, отличаются простотой и четкостью получения результатов при обследовании.

Результаты контрольных упражнений и движений ребенка незаметно

Критерии педагогического мониторинга. Оценивание проходит по баллам:

5 баллов - ребенок выполняет все предложенные задания самостоятельно.

4 балла - ребенок выполняет все предложенные задания с частичной помощью взрослого.

3 балла - ребенок справляется с большинством предложенных заданий.

2 балла - ребенок справляется с некоторыми предложенными заданиями, имеются незначительные ошибки.

1 балл - ребенок не может выполнить все предложенные задания.

По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждого обучающегося.

Оформление результатов проведенного мониторинга

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

Фамилия Имя ребенка _____

Год рождения _____

Группа _____

Физическое развитие

№ п/п	Изучаемые показатели	Средняя группа 20__-20__ уч.г.		Старшая группа 20__-20__ уч.г.		Подготовительная группа 20__-20__ уч.г.	
		Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
1	ВЕС						
2	РОСТ						
3	ГРУППА ЗДОРОВЬЯ						
4	ДИАГНОЗ						

Показатели физической подготовленности

№	Название	Средняя группа 20__-20__ уч.г.				Старшая группа 20__-20__ уч.г.				Подготовительная группа 20__-20__ уч.г.			
		сент.		май		сент.		май		сент.		май	
		рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл	рез-т	балл
1	БЫСТРОТА БЕГ 30 М												
2	СИЛА прыжок в длину												
	метание вдаль: левая												
	правая												
3	РАВНОВЕСИЕ												
4	ВЫНОСЛИ- ВОСТЬ												
5	КООРДИНАЦИЯ												
6	ЛОВКОСТЬ												

Педагог, проводивший мониторинг:

инструктор по ф/к

Ф.И.О. педагога

должность

подпись

дата

Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников производится по по формуле В. Усакова.

$$W = \frac{100(V_2 - V_1)}{\frac{1}{2}(V_1 + V_2)}$$

W - прирост показателей (%), V1- исходный уровень, V2- конечный уровень

до 8% (прирост за счет естественного роста) -неудовлетворительно (2 балла);

8-10% (прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности) -удовлетворительно (3 балла);

10-15% (прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания) — хорошо (4 балла);

свыше 15 % (за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений) — отлично (5 баллов). Сведения цифрами заносятся в сводную ведомость.

Сводная ведомость показателей физического развития

Средняя группа №

Начальная диагностика _____ учебный год

№	ФИО	бег	Прыжок с места	Метание на дальность	Средний балл
1					
2					
3					
Итого по группе					

По анализу полученных данных выстраивается взаимодействие с детьми: планируется индивидуальная работа, по показателям составляются индивидуальные образовательные маршруты, как для успешного освоения образовательной плана реализации, так и для развития способностей одаренных детей.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие.

Возраст	Задачи образовательной деятельности
3-4 года	· обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; · развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; · формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; · укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; · закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.-
4-5 лет	· обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; · формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; · воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; · продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; · укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать

	правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; · формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.
5-6 лет	· обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; · развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; · воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; · продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; · укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; · расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; · воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.
6-7 лет	· обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; · развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; · поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; · воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; · формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; · сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; · воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

2. 2. Содержание образовательной деятельности

Содержание	Описание
Основная гимнастика	Основные движения: -бросание, катание, ловля, метание -ползание, лазание -ходьба -бег -прыжки -упражнения в равновесии -музыкально- ритмические движения (ритмическая гимнастика) -строевые упражнения
Общеразвивающие упражнения	-упражнения для кистей рук, развитие и укрепление мышц плечевого пояса -упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника -упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса -музыкально-ритмические упражнения
Подвижные игры	Сюжетные и несюжетные подвижные игры
Элементы спортивных игр в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.	Городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола
Спортивные упражнения в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.	Санки, лыжи, велосипед
Формирование основ ЗОЖ	Первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья. Соблюдение правил безопасности в двигательной деятельности
Активный отдых	Физкультурные праздники и досуги (1-2 раза в месяц), день здоровья (1 раз в квартал), туристские прогулки и экскурсии

2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности

Средние группы (4-5 лет)

Реализация программных задач в области «Физическая развитие» в средней группе осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и непосредственно - образовательной деятельности в соответствии с регламентом. Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию в средней группе проводится три раза в неделю, два раза в спортивном зале и один раз на открытом воздухе, длительностью 20 мин. Всего 108 в год, в зале 72 в год. Продолжительность каждой части непосредственно образовательной деятельности увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения.

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными, внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание, дети средней группы уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. С детьми данного возраста приступаю к обучению технике выполнения наряду с простыми основными видами движений (ходьба, бег, ползание) более сложным упражнениям (метание, прыжки), отработке их качества выполнения.

Старшие группы (5-6 лет)

Реализация программных задач в области «Физическая развитие» в старшей группе осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и непосредственно - образовательной деятельности в соответствии с регламентом. Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию в старшей группе проводится три раза в неделю, два раза в спортивном зале и один раз на открытом воздухе, длительностью 25 мин. Всего 108 в год, в зале 72 в год. Продолжительность каждой части непосредственно образовательной деятельности увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения.

На шестом году жизни дети успешно овладевают основными видами движений, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры, выполнение которых становится более осознанными, что позволяет мне уделять большее внимание освоению разнообразных способов выполнения спортивных и акробатических упражнений, развитию физических и морально-волевых качеств, дружеских взаимоотношений повысить требования к качеству выполнения основных движений. Также на шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия, столь необходимая при выполнении большинства движений. Дети легче выполняют упражнения с большей площадью опоры, включая в непосредственно образовательную деятельность выполнение игровых упражнений с опорой на одну ногу таких, как «Цапля», «На одной ножке по дорожке» и другие.

Подготовительные группы (6-7 лет)

Реализация программных задач в области «Физическая развитие» в подготовительной группе осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и непосредственно - образовательной деятельности в соответствии с регламентом. Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию в подготовительной группе проводится три раза в неделю, два раза в спортивном зале и один раз на открытом воздухе, длительностью 30 мин. Всего 108 в год, в зале 72 в год. Продолжительность каждой части непосредственно образовательной деятельности увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счет усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения.

В связи с переходом на обучение детей в школе с шестилетнего возраста, повышаются требования к уровню физического развития и физической

подготовленности детей подготовительной группы. На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными, что позволяет включать в непосредственно образовательную деятельность выполнение более сложных основных видов движений. В общеразвивающих упражнениях увеличивать темп, амплитуду выполнения, что способствует значительному развитию скоростно-силовых возможностей и выносливости воспитанников.

Перспективный план освоения основных движений в соответствии с ФОП средняя группа 4-5 лет

№	построение	ходьба	бег	равновесие	ползание	метание	прыжки
1.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы	бег в колонне по одному		проползание в обручи, под дуги		прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево
2.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления	бег в колонне по одному		проползание в обручи, под дуги		прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево
3.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления	бег в колонне по одному		проползание в обручи, под дуги		прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево
4.	построение в колонну по два, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления	бег на носках		проползание в обручи, под дуги		прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево
5.	построение в колонну по два, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа	бег на носках	ходьба по доске, по скамье, буму с перешагиванием через предметы		прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на	

						расстоянии 70-80 см	
6.	построение в колонну по два, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа	бег на носках	ходьба по доске, по скамье, буму с перешагиванием через предметы		прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см	
7.	построение в врассыпную	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа	бег высоко поднимая колени; обегая предметы	ходьба по доске, по скамье, буму с перешагиванием через предметы		прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см	
8.	построение в врассыпную	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа	бег высоко поднимая колени; обегая предметы	ходьба по доске, по скамье, буму с перешагиванием через предметы			прыжки вокруг себя
9.	построение в врассыпную	ходьба обычная, в колонне по одному,	бег высоко поднимая колени;	ходьба по доске, по скамье, буму с			прыжки вокруг себя

		придерживаясь указанного направления, с изменением темпа	обегая предметы	перешагиванием через предметы			
10.	построение в колонну по одному, размыкание и смыкание на вытянутые руки	ходьба обычная на носках, на пятках	бег на месте	ходьба по доске, по скамье, буму с перешагиванием через предметы			прыжки вокруг себя
11.	построение в колонну по одному, размыкание и смыкание на вытянутые руки	ходьба обычная на носках, на пятках	бег на месте		ползание по наклонной доске	прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога	
12.	построение в колонну по одному, размыкание и смыкание на вытянутые руки	ходьба обычная на носках, на пятках	бег на месте		ползание по наклонной доске	прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога	
13.	построение в колонну по одному, равнение по ориентирам и без	ходьба обычная на носках, на пятках	бег в колонне по одному		ползание по наклонной доске	прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога	
14.	построение в колонну по одному, равнение по ориентирам и без	ходьба обычная, на внешней стороне стопы	бег на носках		ползание по наклонной доске		прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево
15.	построение в колонну по одному, равнение по ориентирам и без	ходьба обычная, на внешней стороне стопы	бег высоко поднимая колени; обегая предметы		проползание в обручи, под дуги	прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога	
16.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба обычная, на внешней стороне стопы	бег на месте	ходьба по доске, по скамье, буму с мешочком на голове			подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м
17.	построение в колонну по два, по росту	ходьба обычная, на носах, на пятках, на внешней стороне стопы	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением	ходьба по доске, по скамье, буму с мешочком на голове			подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м

			своего места в колонне				
18.	построение в колонну по одному, размыкание и смыкание на вытянутые руки	ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне	ходьба по доске, по скамье, буму с мешочком на голове			подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3м
19.	построение в колонну по одному, равнение по ориентирам и без	ходьба обычная, на внешней стороне стопы	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне	ходьба по доске, по скамье, буму с мешочком на голове		прокатывание обруча друг другу в парах	прыжки ноги вместе-ноги врозь
20.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне	ходьба по доске, по скамье, буму с мешочком на голове		прокатывание обруча друг другу в парах	прыжки ноги вместе-ноги врозь
21.	построение в колонну по два, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в парах	ходьба по доске, по скамье, буму с мешочком на голове		прокатывание обруча друг другу в парах	прыжки ноги вместе-ноги врозь
22.	построение в колонну по одному, размыкание и смыкание на вытянутые руки	ходьба обычная на носках, на пятках, на внешней стороне стопы	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в парах	ходьба по доске, по скамье, буму с мешочком на голове		прокатывание обруча друг другу в парах	
23.	построение в колонну по два, по росту	ходьба обычная, на внешней стороне стопы	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в парах		ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями	подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол	
24.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба обычная, в колонне по одному,	бег врассыпную по сигналу с		ползание на четвереньках	подбрасывание мяча вверх и ловля	

		придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на внешней стороне стопы	последующим нахождением своего места в парах		«змейкой» между расставленными кеглями	его после удара об пол	
25.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении,	ходьба обычная, в колонне по одному, приставным шагом вперед и по шнуру;	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в парах		ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями	подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол	
26.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа ,на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне	ходьба по доске, по скамье, буму с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны		бросание и ловля мяча в паре	
27.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и по шнуру	бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне	ходьба по доске, по скамье, буму с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны		бросание и ловля мяча в паре	
28.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг	бег в колонне по одному, на носках	ходьба по доске, по скамье, буму с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны		бросание и ловля мяча в паре	
29.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; перешагивая предметы; чередуя	бег в колонне по одному, высоко поднимая колени; обегая предметы	ходьба по доске, по скамье, буму с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны	ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		

		мелкий и широкий шаг					
30.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг	бег по кругу, держась за руки	ходьба по доске, по скамье, буму с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны	ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		
31.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, в колонне по одному, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и по шнуру	бег по кругу, держась за руки		ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		подпрыгивание стараясь достать предмет, подвешенный над головой
32.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг	бег по кругу, держась за руки	ходьба по доске до конца и обратно с поворотом			подпрыгивание стараясь достать предмет, подвешенный над головой
33.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, в колонне по одному, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и по шнуру	бег по кругу, держась за руки	ходьба по доске до конца и обратно с поворотом			подпрыгивание стараясь достать предмет, подвешенный над головой
34.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг	бег по кругу, держась за руки	ходьба по доске до конца и обратно с поворотом		бросание мяча двумя руками из-за головы стоя	
35.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и по шнуру	бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп	ходьба по доске до конца и обратно с поворотом		бросание мяча двумя руками из-за головы стоя	
36.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг	бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп	ходьба по доске до конца и обратно с поворотом		бросание мяча двумя руками из-за головы стоя	
37.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, в колонне по одному,	бег со сменой направляющего,		ползание на четвереньках с		перепрыгивание через шнур,

	звенья на месте и в движении	придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; «змейкой», с остановкой по сигналу	меня направление движения и темп		опорой на стопы и ладони		плоский кубик (высота 5 см)
38.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и по шнуру «змейкой», с остановкой по сигналу	бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп		ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони		перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см)
39.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг «змейкой», с остановкой по сигналу	бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп		ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони		перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см)
40.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; в противоположную сторону; со сменой ведущего	бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп		ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями	бросание и ловля мяча в паре	прыжки вокруг себя
41.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и по шнуру в противоположную сторону; со сменой ведущего	непрерывный бег 1-1,5 мин			перебрасывание мяча друг другу в кругу	прыжки через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см)
42.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая	непрерывный бег 1-1,5 мин			перебрасывание мяча друг другу в кругу	прыжки через 4-6 линий (расстояние между линиями

		предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, в противоположную сторону; со сменой ведущего					40-50 см
43.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; «змейкой», с остановкой по сигналу	непрерывный бег 1-1,5 мин			перебрасывание мяча друг другу в кругу	прыжки через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см)
44.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, на носках, на пятках, приставным шагом вперед и по шнуру в противоположную сторону; со сменой ведущего	непрерывный бег 1-1,5 мин	ходьба, пробегание по наклонной доске вверх и вниз;	подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком		
45.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу	непрерывный бег 1-1,5 мин	ходьба, пробегание по наклонной доске вверх и вниз	подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком		
46.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба обычная, на внешней стороне стопы, перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, в противоположную сторону; со сменой ведущего	непрерывный бег 1-1,5 мин	ходьба, пробегание по наклонной доске вверх и вниз	подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком		
47.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба обычная, в колонне по одному, «змейкой», с остановкой по сигналу,	бег врассыпную с ловлей и увертыванием	ходьба, пробегание по наклонной доске вверх и вниз		бросание мяча двумя руками из-за головы стоя	

		в противоположную сторону; со сменой ведущего					
48.	перестроение со сменой ведущего	ходьба обычная, в колонне по одному, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего	бег враспынную с ловлей и увертыванием	ходьба, пробегание по наклонной доске вверх и вниз		бросание мяча двумя руками из-за головы стоя	
49.	повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	бег враспынную с ловлей и увертыванием		бросание мяча двумя руками из-за головы стоя	выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами	
50.	повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	бег враспынную с ловлей и увертыванием				выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами
51.	повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	бег враспынную с ловлей и увертыванием	стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе			выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами
52.	повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении	ходьба приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте	бег враспынную с ловлей и увертыванием	стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе		скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет	
53.	повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении	ходьба приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте	перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую	стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе		скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет	
54.	повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении	ходьба приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте	перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую	стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе		скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет	
55.	повороты направо,	ходьба с разным	перебегание	стойка на одной ноге,		бросание мяча	

	налево, кругом на месте переступанием и в движении	положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую	вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на пояс		двумя руками из-за головы сидя	
56.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую			бросание мяча двумя руками из-за головы сидя	спрыгивание со скамейки, бума
57.	построение в колонну по два, по росту	ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую			бросание мяча двумя руками из-за головы сидя	спрыгивание со скамейки, бума
58.	построение в колонну по одному, размыкание и смыкание на вытянутые руки	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза				спрыгивание со скамейки, бума
59.	построение в колонну по одному, равнение по ориентирам и без	ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза	кружение в одну затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны	влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек		
60.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза	кружение в одну затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны	влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек		
61.	перестроение со сменой ведущего	ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	челночный бег 2х5 м	кружение в одну затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны	влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек		
62.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	челночный бег 2х5 м	кружение в одну затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны		отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд	
63.	построение в колонну по два, по росту	ходьба приставным шагом вперед, в	челночный бег 2х5 м			отбивание мяча правой и левой	прыжки в длину с места

		сторону, назад на месте				рукой о землю не менее 5 раз подряд	
64.	построение в колонну по одному, равнение по ориентирам и без	ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	челночный бег 2х5 м			отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд	прыжки в длину с места
65.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	бег на скорость 20 м		переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки		прыжки в длину с места
66.	перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении	ходьба приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте	бег на скорость 20 м		переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки	подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд	
67.	построение в колонну по одному, по росту	ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	бег на скорость 20 м		переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки	подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд	
68.	построение в колонну по одному, размыкание и смыкание на вытянутые руки	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	бег на скорость 20 м	ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней		подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд	
69.	перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении	ходьба приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте	медленный бег 150-200 м	ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней		бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м	
70.	повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении	ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной)	медленный бег 150-200 м	ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней		бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную	прямой галоп; попытки выполнения прыжков с

						цели с расстояния 2-2,5 м	короткой скакалкой
71.	перестроение со сменой ведущего	ходьба в чередовании с бегом, прыжками	медленный бег 150-200 м			бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м	прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой
72.	построение в колонну по два, по росту	ходьба приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте	медленный бег 150-200 м			бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м	прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой

Обозначение

обучение
повторение
закрепление

Ритмическая гимнастика

Музыкально-ритмические движения включается в содержание физкультурных занятий, подвижных игр, активный отдых. Разучиваются на музыкальных занятиях	ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками
---	---

Перспективный план элементов спортивных игр и упражнений на улице в соответствии с ФОП средняя группа 4-5 лет

Сентябрь	Бег	бег на скорость 20 м
		челночный бег 2х5 м
		непрерывный бег
Октябрь	Катание на двухколесном велосипеде, самокате (самокат, велосипед обучающихся)	по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.
Ноябрь	Элементы футбола	прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см
Декабрь Январь Февраль	Катание на санках обучающихся (в зависимости от климатических особенностей)	подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга
Март	Элементы баскетбола	отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд
Апрель	Бег	челночный бег 2х5 м
		медленный бег 150-200 м
Май	Элементы футбола	прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см

Активный отдых в соответствии с ФОП средняя группа 4-5 лет

Физкультурный праздник 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.	Зимний спортивный праздник	
	Летний спортивный праздник	
Физкультурный досуг 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут	Сентябрь Тема- Прогулка по кубанскому лесу	
	Октябрь- Тема- Красный, желтый , зеленый	
	Ноябрь Тема- Радуга кубанских народных игр	
	Декабрь Тема- Волшебная страна игрушек	
	Январь Тема - В городке веселых затей	
	Февраль Тема- День защитника отчества	
	Март Тема- Забавы казачат	
	Апрель- Тема- День смеха	
	Май- Тема Разноцветный мячик	
День здоровья 1 раз в три месяца	Октябрь Тема Мы растем здоровыми	
	Декабрь Тема Зимние виды спорта Катание на санках	Игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость
	Апрель Тема Здоровячки-это мы!	
	Июнь Тема Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья	

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

№	построение	ходьба	бег	равновесие	ползание	метание	прыжки
1.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег в колонне по одному		ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени)		подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь
2.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег в колонне по одному		ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени)		подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь
3.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег в колонне по одному		ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени)		подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь
4.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег «змейкой»	ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой	ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони,		подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь

					предплечья и колени)		
5.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег «змейкой»	ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой		прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой)	
6.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег «змейкой»	ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой		прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой)	
7.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег с перестроением на ходу в пары	ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой		прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой)	
8.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег с перестроением на ходу в пары	поднимание на носки и опускание на всю стопу			подпрыгивание на одной ноге
9.	построение по росту, поддерживая равнение в шеренге, построение в шеренгу по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках	бег с перестроением на ходу в пары	поднимание на носки и опускание на всю стопу			подпрыгивание на одной ноге
10.	построение по росту, поддерживая	ходьба обычным шагом с высоким	бег с перестроением на	поднимание на носки и опускание			подпрыгивание на одной ноге

	равнение в шеренге, построение в шеренгу по одному	подниманием колен	ходу в пары	на всю стопу			
11.	построение по росту, поддерживая равнение в шеренге, построение в шеренгу по одному	ходьба обычным шагом с высоким подниманием колен	бег с перестроением на ходу в пары	поднимание на носки и опускание на всю стопу	ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м)	прокатывание обруча, бег за ним и ловля	
12.	построение по росту, поддерживая равнение в шеренге, построение в шеренгу по одному	ходьба обычным шагом с высоким подниманием колен	бег с перестроением на ходу в пары	поднимание на носки и опускание на всю стопу	ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м)	прокатывание обруча, бег за ним и ловля	
13.	построение по росту, поддерживая равнение в шеренге, построение в шеренгу по одному	ходьба обычным шагом с высоким подниманием колен	бег с перестроением на ходу звенья		ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м)	прокатывание обруча, бег за ним и ловля	
14.	построение по росту, поддерживая равнение в шеренге, построение	ходьба обычным шагом с высоким подниманием колен	бег с перестроением на ходу звенья		ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м)		подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной
15.	построение по росту, поддерживая равнение в шеренге, построение в шеренгу по одному	ходьба обычным шагом с высоким подниманием колен	бег с перестроением на ходу звенья		ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м)	перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях	подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной
16.	построение по росту, поддерживая равнение в шеренге, построение в шеренгу по одному	ходьба обычным шагом с высоким подниманием колен	бег с перестроением на ходу звенья	стойка на гимнастической скамье на одной ноге		перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных	подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной

						построениях	
17.	построение по росту, поддерживая равнение, построение в круг	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег со сменой ведущих	стойка на гимнастической скамье на одной ноге		перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях	
18.	построение по росту, поддерживая равнение, построение в круг	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег со сменой ведущих	стойка на гимнастической скамье на одной ноге			подпрыгивание с ноги на ногу, подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз
19.	построение по росту, поддерживая равнение, построение в круг	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег со сменой ведущих	стойка на гимнастической скамье на одной ноге		передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях	подпрыгивание с ноги на ногу, подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз
20.	построение по росту, поддерживая равнение, построение в круг	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег со сменой ведущих		ползание «змейкой» между кеглями	передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях	подпрыгивание с ноги на ногу, подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз
21.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег с пролезанием в обруч		ползание «змейкой» между кеглями	передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях	
22.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег с пролезанием в обруч		ползание «змейкой» между кеглями		прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м
23.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне,	ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево)	бег с пролезанием в обруч			отбивание мяча об пол на месте 10 раз	прыжки на двух ногах с продвижением

	построение в колонну по одному						вперед на 3-4 м
24.	построение по росту, поддерживая равнение в колонне, построение в колонну по одному	ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени			отбивание мяча об пол на месте 10 раз	прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м
25.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом	бег с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени		переползание через несколько предметов подряд	отбивание мяча об пол на месте 10 раз	
26.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом	бег с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени	стойка стоя на скамье; пробегание по скамье	переползание через несколько предметов подряд	ведение мяча 5-6 м	
27.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом	бег с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени	стойка стоя на скамье; пробегание по скамье	переползание через несколько предметов подряд	ведение мяча 5-6 м	
28.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом	бег с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени	стойка стоя на скамье; пробегание по скамье		ведение мяча 5-6 м	перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см)
29.	перестроение в колонну по три, размыкание в	ходьба в полуприседе, мелким и широким	бег с ловлей и увертыванием; высоко поднимая	стойка стоя на скамье; пробегание по скамье			перешагивание и прыжки через неподвижную

	колонне на вытянутые вперед руки	шагом	колени				скакалку (высота 3-5 см)
30.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом	бег между расставленными предметами	стойка стоя на скамье; пробегание по скамье	переползание под дугами		перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см)
31.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом	бег между расставленными предметами		переползание под дугами		прыжки из кружка в кружок
32.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба перекатом с пятки на носок	бег между расставленными предметами	ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске	переползание под дугами		прыжки из кружка в кружок
33.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба перекатом с пятки на носок	бег между расставленными предметами	ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске	переползание под дугами		прыжки из кружка в кружок
34.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на	ходьба перекатом с пятки на носок	бег между расставленными предметами	ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске		метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы	

	вытянутые руки в стороны						
35.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба перекатом с пятки на носок	бег группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих	ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске		метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы	
36.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба перекатом с пятки на носок	бег группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих	ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске		метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы	
37.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих			метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы	перепрыгивание с места предметы высотой 30 см
38.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих		переползание в туннеле		перепрыгивание с места предметы высотой 30 см
39.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих		переползание в туннеле		перепрыгивание с места предметы высотой 30 см

40.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих		переползание в туннеле	ведение мяча 5-6 м	спрыгивание с высоты в обозначенное место
41.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег в заданном темпе, обегая предметы			прокатывание набивного мяча	подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза
42.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег в заданном темпе, обегая предметы		ползание на четвереньках по скамейке назад	прокатывание набивного мяча	подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза
43.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом, ходьба перекатом с пятки на носок	бег в заданном темпе, обегая предметы		ползание на четвереньках по скамейке назад	прокатывание набивного мяча	подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза
44.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег в заданном темпе, обегая предметы	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)	ползание на четвереньках по скамейке назад		
45.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом, ходьба	бег в заданном темпе, обегая предметы	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с			перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат,

	шеренге на вытянутые руки в стороны	перекатом с пятки на носок		поддержкой)			кубик)
46.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	бег в заданном темпе, обегая предметы	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)			перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик)
47.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом, ходьба перекатом с пятки на носок	бег мелким и широким шагом	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)		перебрасывание мяча из одной руки в другую	перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик)
48.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	бег мелким и широким шагом	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой)		перебрасывание мяча из одной руки в другую	
49.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба «змейкой» без ориентиров	бег мелким и широким шагом		ползание на животе	перебрасывание мяча из одной руки в другую	прыжки на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м
50.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба «змейкой» без ориентиров	бег мелким и широким шагом		ползание на животе		прыжки на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м
51.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба «змейкой» без ориентиров	бег мелким и широким шагом	приседание после бега на носках, руки в стороны	ползание на животе		прыжки на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м
52.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба «змейкой» без ориентиров	бег мелким и широким шагом	приседание после бега на носках, руки в стороны		подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз	впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами

	прыжком					подряд	
53.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба «змейкой» без ориентиров	непрерывный бег 1,5-2 мин	приседание после бега на носках, руки в стороны		подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд	
54.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба «змейкой» без ориентиров	непрерывный бег 1,5-2 мин	приседание после бега на носках, руки в стороны		подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд	
55.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	непрерывный бег 1,5-2 мин	приседание после бега на носках, руки в стороны		забрасывание его в баскетбольную корзину	
56.	ходьба «змейкой»	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	непрерывный бег 1,5-2 мин			забрасывание его в баскетбольную корзину	подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь
57.	ходьба «змейкой»	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	быстрый бег 10 м 2-3-4 раза			забрасывание его в баскетбольную корзину	прыжки через скакалку на двух ногах
58.	ходьба «змейкой»	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	быстрый бег 10 м 2-3-4 раза		ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени		прыжки через скакалку на двух ногах
59.	ходьба «змейкой»	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	быстрый бег 10 м 2-3-4 раза	кружение парами, держась за руки	ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени		прыжки через скакалку на двух ногах
60.	ходьба «змейкой»	ходьба гимнастическим шагом,	челночный бег 2х10 м, 3х10 м	кружение парами, держась за руки	ползание по скамейке с опорой на		

		с закрытыми глазами 3-4 м			предплечья и колени		
61.	расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом, ходьба перекатом с пятки на носок	челночный бег 2х10 м, 3х10 м	кружение парами, держась за руки			прыжки в длину с места
62.	расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	челночный бег 2х10 м, 3х10 м	кружение парами, держась за руки		метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие)	
63.	расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом, ходьба перекатом с пятки на носок	челночный бег 2х10 м, 3х10 м			метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие)	в высоту с разбега
64.	расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары	ходьба «змейкой» без ориентиров	пробегание на скорость 20 м			метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие)	прыжки в длину с места
65.	расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом, ходьба перекатом с пятки на носок	пробегание на скорость 20 м		проползание под скамейкой		в высоту с разбега
66.	расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим	ходьба «змейкой» без ориентиров	пробегание на скорость 20 м		проползание под скамейкой	перебрасывание мяча через сетку	прыжки через вращающуюся скакалку

	слиянием в пары						
67.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м)	пробегание на скорость 20 м		проползание под скамейкой	перебрасывание мяча через сетку	прыжки через вращающуюся скакалку
68.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба в полуприседе, мелким и широким шагом, ходьба перекатом с пятки на носок	медленный бег 250-300 м	«ласточка»		перебрасывание мяча через сетку	прыжки через вращающуюся скакалку
69.	перестроение в колонну по три, размыкание в колонне на вытянутые вперед руки	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	медленный бег 250-300 м	«ласточка»		метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие)	прыжки продвигаясь вперед через начерченные линии
70.	перестроение в две шеренги на месте и при передвижении, размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны	ходьба гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м	медленный бег 250-300 м	«ласточка»	лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом	забрасывание его в баскетбольную корзину	
71.	повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком	ходьба в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты	бег под вращающейся скакалкой	«ласточка»	лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом	метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие)	
72.	перестроение в колонну по три, размыкание в	ходьба гимнастическим шагом,	бег под вращающейся скакалкой		лазание по гимнастической стенке	перебрасывание мяча через сетку	

	колонне на вытянутые вперед руки	с закрытыми глазами 3-4 м			чередующимся шагом		
--	--	------------------------------	--	--	-----------------------	--	--

Обозначение

обучение

повторение

закрепление

Ритмическая гимнастика

Музыкально-ритмические движения включается в содержание физкультурных занятий, подвижных игр, активный отдых. Разучиваются на музыкальных занятиях	ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.
---	--

Перспективный план элементов спортивных игр и упражнений на улице в соответствии с ФОП старшая группа 5-6 лет

Сентябрь	Бег	непрерывный бег 1,5-2 мин
		медленный бег 250-300 м
		быстрый бег 10 м 2-3-4 раза
		челночный бег 2х10 м, 3х10 м
	Городки	бросание биты сбоку; знание 3-4 фигур
		выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м)
Октябрь	Катание на двухколесном велосипеде, самокате (самокат, велосипед обучающихся)	по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.
Ноябрь	Элементы футбола	отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении
		ведение мяча ногой между и вокруг предметов
		Игра по упрощенным правилам
Декабрь Январь Февраль	Катание на санках обучающихся (в зависимости от климатических особенностей)	по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки
Март	Бег	бег под вращающейся скакалкой
		медленный бег 250-300 м
Апрель	Элементы баскетбола	перебрасывание мяча друг другу от груди
		ведение мяча правой и левой рукой
		забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди
		игра по упрощенным правилам
Май	Бадминтон	отбивание волана ракеткой в заданном направлении
		игра с педагогом
	Элементы футбола	отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м)
		игра по упрощенным правилам

Активный отдых в соответствии с ФОП старшая группа 5-6 лет

Физкультурный праздник 2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов.	Зимний спортивный праздник		
	Летний спортивный праздник		
Физкультурный досуг 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут	Сентябрь Тема- Край наш -Кубанская родная земля		
	Октябрь- Тема- Будьте другом природе		
	Ноябрь Тема- Мой край - многонациональная семья		
	Декабрь Тема- Зимние народные игры		
	Январь Тема – Зимняя ярмарка игр и забав		
	Февраль Тема- День защитника Отечества		
	Март Тема- Мамин день		
	Апрель- Тема- Здравияда		
День здоровья 1 раз в квартал	Май- Тема День Победы- праздник дедов		
	Октябрь Тема Мы растем здоровыми		
	Декабрь Тема Зимние виды спорта Катание на санках	Игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость	
	Апрель Тема Здравияда		
	Июнь Тема Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья		
Непродолжительные пешие прогулки и экскурсии. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов	Сентябрь Экскурсионный выход «Моя малая родина-Тбилисская»		
	Январь Туристический поход по территории детского сада в зимний период времени		
	Май Экскурсия к памятнику боевой славы		

Перспективный план освоения основных движений в соответствии с ФОП подготовительная группа 6-7 лет

№	построение	ходьба	бег	равновесие	ползание	метание	прыжки
1	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег в колонне по одному бег врассыпную		ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад	бросание мяча вверх о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд	Подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой на месте и с поворотом кругом
2	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег в колонне по одному бег врассыпную	подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч	ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад	бросание мяча вверх о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд	
3	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег в колонне по одному бег врассыпную	подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч	ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад	бросание мяча вверх о землю и ловля его одной рукой не менее 10 раз подряд	
4	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег в колонне по одному бег врассыпную	подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч		бросание мяча вверх о землю и ловля его одной рукой не менее 10 раз подряд	Подпрыгивания на двух ногах смещая ноги вправо-влево, вперед- назад с движениями рук
5	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег в колонне по одному бег врассыпную			бросание мяча вверх о землю и ловля его одной рукой не менее 10	Подпрыгивания на двух ногах смещая ноги вправо-влево, вперед- назад с

		ходьба скрестным шагом				раз подряд	движениями рук
6	быстрое и самостоятельное построение в колонну по два	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом ходьба скрестным шагом	бег парами		ползание по гимнастической скамейке на животе		Подпрыгивания на двух ногах смещая ноги вправо-влево, вперед- назад с движениями рук
7	быстрое и самостоятельное построение в колонну по два	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом ходьба скрестным шагом	бег парами		ползание по гимнастической скамейке на животе	передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки	
8	быстрое и самостоятельное построение в колонну по два	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом ходьба скрестным шагом	бег парами	стойка на носках	ползание по гимнастической скамейке на животе	передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки	
9	быстрое и самостоятельное построение в колонну по два	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом ходьба скрестным шагом	бег парами	стойка на носках		передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки	Впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага
10	быстрое и самостоятельное построение в круг	ходьба обычная ходьба спиной вперед	бег с остановкой по сигналу	стойка на носках	ползание по гимнастической скамейке на спине, отталкиваясь руками и ногами		Впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага
11	быстрое и самостоятельное построение в круг	ходьба обычная ходьба спиной вперед	бег с остановкой по сигналу		ползание по гимнастической скамейке на спине,	передача и перебрасывание мяча друг другу	Впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3

					отталкиваясь руками и ногами	лежа на животе	шага
12	быстрое и самостоятельное построение в круг	ходьба обычная ходьба спиной вперед	бег с остановкой по сигналу		ползание по гимнастической скамейке на спине, отталкиваясь руками и ногами	передача и перебрасывание мяча друг другу лежа на животе	Подпрыгивания вверх из глубокого приседа
13	быстрое и самостоятельное построение в круг	ходьба обычная ходьба спиной вперед	бег с остановкой по сигналу	стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза		передача и перебрасывание мяча друг другу лежа на животе	Подпрыгивания вверх из глубокого приседа
14	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу расчет на 1-2 и перестроение из одной шеренги в две	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег парами	стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза			Подпрыгивания вверх из глубокого приседа
15	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу расчет на 1-2 и перестроение из одной шеренги в две	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег парами	стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза		передача и перебрасывание мяча друг другу лежа на спине	
16	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу расчет на 1-2 и перестроение из одной шеренги в	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег парами			передача и перебрасывание мяча друг другу лежа на спине	Прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек

	две						
17	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному перестроение из одной колонны в колонну по 2, 3, 4 на ходу	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег тройками		влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным способом	передача и перебрасывание мяча друг другу лежа на спине	Прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек
18	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному перестроение из одной колонны в колонну по 2, 3, 4 на ходу	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег тройками	стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза	влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным способом		Прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек
19	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному перестроение из одной колонны в колонну по 2, 3, 4 на ходу	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег тройками	стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза	влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным способом	передача и перебрасывание мяча друг другу в ходьбе	
20	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному перестроение из одной колонны в колонну по 2, 3, 4 на ходу	ходьба с закрытыми глазами	бег четверками	стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза		передача и перебрасывание мяча друг другу в ходьбе	Прыжки в длину с места на соревнование

21	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному перестроение из одной колонны в колонну по 2, 3, 4 на ходу	ходьба с закрытыми глазами	бег четверками	ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием посередине палки		передача и перебрасывание мяча друг другу в ходьбе	Прыжки в длину с места на соревнование
22	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному перестроение из одной колонны в колонну по 2, 3, 4 на ходу	ходьба с закрытыми глазами	бег четверками	ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием посередине палки	влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом разноименным способом		Прыжки в длину с места на соревнование
23	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием посередине палки	влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом разноименным способом		
24	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин		влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом разноименным способом	прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей	
25	быстрое и самостоятельное построение в	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин			прокатывание и перебрасывание друг другу	Прыжки в длину с разбега на соревнование

	колонну по одному					набивных мячей	
26	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке с пролезанием в обруч		прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей	Прыжки в длину с разбега на соревнование
27	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке с пролезанием в обруч		перебрасывание мяча друг другу снизу	Прыжки в длину с разбега на соревнование
27	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	бег в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок)	ходьба по гимнастической скамейке с пролезанием в обруч		перебрасывание мяча друг другу снизу	
29	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	бег в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок)			перебрасывание мяча друг другу снизу	Прыжки в высоту с места на соревнование
30	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	бег в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок)			перебрасывание мяча друг другу от груди	Прыжки в высоту с места на соревнование
31	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в	ходьба в приседе с различными движениями рук	медленный бег до 2-3 мин		перелезание с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали	перебрасывание мяча друг другу от груди	Прыжки в высоту с места на соревнование

	колонну по одному						
32	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом	перелезание с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали	перебрасывание мяча друг другу от груди	
33	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом	перелезание с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали	перебрасывание мяча друг другу сверху двумя руками	
34	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом		перебрасывание мяча друг другу сверху двумя руками	Прыжки в высоту с разбега на соревнование
35	быстрое и самостоятельное построение в круг перестроение из одного круга в 2-3	ходьба приставными шагами назад	бег высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук			перебрасывание мяча друг другу сверху двумя руками	Прыжки в высоту с разбега на соревнование
36	быстрое и самостоятельное построение в круг перестроение из одного круга в 2-3	ходьба приставными шагами назад	бег высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук			перебрасывание мяча друг другу одной рукой от плеча	Прыжки в высоту с разбега на соревнование
37	быстрое и самостоятельное построение в круг	ходьба приставными шагами назад	бег высоко поднимая колени, стараясь коснуться		пролезание в обруч разными способами	перебрасывание мяча друг другу одной рукой от	

	перестроение из одного круга в 2-3		коленями ладоней согнутых в локтях рук			плеча	
38	быстрое и самостоятельное построение в круг перестроение из одного круга в 2-3	ходьба с закрытыми глазами	бег высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук		пролезание в обруч разными способами	перебрасывание мяча друг другу одной рукой от плеча	Прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них
39	быстрое и самостоятельное построение в круг перестроение из одного круга в 2-3	ходьба с закрытыми глазами	бег высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук	ходьба по гимнастической скамейке приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку	пролезание в обруч разными способами		Прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них
40	быстрое и самостоятельное построение в круг перестроение из одного круга в 2-3	ходьба с закрытыми глазами	бег высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук	ходьба по гимнастической скамейке приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку		передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую	Прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них
41	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку	лазание по веревочной лестнице	передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую	
42	быстрое и самостоятельное построение в	ходьба в приседе с различными движениями рук	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по узкой рейке гимнастической	лазание по веревочной лестнице	передача мяча с отскоком от пола из одной руки в	

	шеренгу. перестроение в колонну по одному			скамейке прямо		другую	
43	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба с выпадами	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейке прямо	лазание по веревочной лестнице	метание в цель из положения стоя на коленях	
44	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег с захлестыванием голени назад	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейке прямо		метание в цель из положения стоя на коленях	
45	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег с захлестыванием голени назад			метание в цель из положения стоя на коленях	Прыжки с короткой скакалкой: прыжки с ноги на ногу
46	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба с выпадами	бег с захлестыванием голени назад	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейке боком			Прыжки с короткой скакалкой: прыжки с ноги на ногу
47	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба спиной вперед	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по узкой рейке гимнастической скамейке боком		метание в цель из положения сидя	Прыжки с короткой скакалкой: прыжки с ноги на ногу
48	быстрое и	ходьба обычная	медленный бег до	ходьба по узкой	выполнение	метание в цель из	

	самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба спиной вперед	2-3 мин	рейке гимнастической скамейке боком	упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками)	положения сидя	
49	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба спиной вперед	медленный бег до 2-3 мин		выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками)	метание в цель из положения сидя	Прыжки с короткой скакалкой: бег со скакалкой
50	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин		выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками)	метание вдаль	Прыжки с короткой скакалкой: бег со скакалкой
51	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и		метание вдаль	Прыжки с короткой скакалкой: бег со скакалкой

				делая под ней хлопок			
52	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок		метание вдаль	Прыжки через обруч, вращая его как скакалку
53	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин	ходьба по гимнастической скамейке на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок	влезание по канату на доступную высоту		Прыжки через обруч, вращая его как скакалку
54	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба приставными шагами назад	медленный бег до 2-3 мин		влезание по канату на доступную высоту	метание в движущуюся цель	Прыжки через обруч, вращая его как скакалку
55	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	бег выбрасывая прямые ноги вперед		влезание по канату на доступную высоту	метание в движущуюся цель	
56	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу. перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	бег выбрасывая прямые ноги вперед			метание в движущуюся цель	Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой

57	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному	ходьба в приседе с различными движениями рук	бег выбрасывая прямые ноги вперед			забрасывание мяча в баскетбольную корзину	Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой
58	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег 10 м. с наименьшим числом шагов			забрасывание мяча в баскетбольную корзину	Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой
59	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег 10 м. с наименьшим числом шагов	прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колене другой ноги мешочек с песком		забрасывание мяча в баскетбольную корзину	
60	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег 10 м. с наименьшим числом шагов	прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колене другой ноги мешочек с песком		катание мяча правой и левой ногой по прямой в цель	
61	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег в колонне по одному бег врассыпную	прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колене другой ноги мешочек с песком		катание мяча правой и левой ногой по прямой в цель	Прыжки через длинную скакалку: прыжки через вращающуюся скакалку с места
62	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному	ходьба обычная ходьба гимнастическим шагом	бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению)			катание мяча правой и левой ногой по прямой в цель	Прыжки через длинную скакалку: прыжки через вращающуюся скакалку с места
63	быстрое и самостоятельное	ходьба обычная,	бег из разных исходных			катание мяча правой и левой	Прыжки через длинную скакалку:

	построение в колонну по два, перестроение из одной колонны в колонну по двое, размыкание и смыкание приставным шагом	выпадами, с закрытыми глазами	положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению)			ногой между предметами ведение мяча, продвигаясь между предметами	прыжки через вращающуюся скакалку с места
64	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному, равнение в колонне, повороты направо, налево, кругом	ходьба обычная, скрестным шагом, спиной вперед	бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению)	ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони		катание мяча правой и левой ногой между предметами ведение мяча, продвигаясь между предметами	
65	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному, перестроение из одной колонны по трое	ходьба обычная	бег из разных исходных положений (сидя по-турецки)	ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони		катание мяча правой и левой ногой между предметами ведение мяча, продвигаясь между предметами	Прыжки через длинную скакалку: вбегание под вращающуюся скакалку-прыжок-выбегание
66	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному, перестроение из одной колонны в колонну по четыре на ходу	ходьба обычная, выпадами, с закрытыми глазами	бег из разных исходных положений (сидя по-турецки)	ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони		катание мяча правой и левой ногой друг другу	Прыжки через длинную скакалку: вбегание под вращающуюся скакалку-прыжок-выбегание
67	быстрое и самостоятельное	ходьба обычная,	бег из разных исходных	кружение с закрытыми		катание мяча правой и левой	Прыжки через длинную скакалку:

	построение в круг, из одного круга в несколько (2-3)	приставными шагами назад; в приседе	положений (сидя по-турецки)	глазами, остановкой и сохранением заданной позы		ногой друг другу	вбегание под вращающуюся скакалку-прыжок-выбегание
68	быстрое и самостоятельное построение в колонну по два, повороты во время ходьбы на углах площадки	ходьба обычная с различными движениями рук, в различных построениях	бег из разных исходных положений (лежа на спине, головой к направлению бега)	кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы		катание мяча правой и левой ногой друг другу	Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой парами
69	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному, равнение в колонне, повороты во время ходьбы на углах площадки	ходьба обычная, выпадами, с закрытыми глазами	бег из разных исходных положений (лежа на спине, головой к направлению бега)	кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы		ведение мяча по кругу	Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой парами
70	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу, расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две	ходьба обычная с различными движениями рук, в различных построениях	бег из разных исходных положений (лежа на спине, головой к направлению бега)	после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение ласточки		ведение мяча по кругу	Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой парами
71	быстрое и самостоятельное построение в шеренгу, расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две	ходьба обычная, приставными шагами назад; в приседе	челночный бег 3х10	после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение ласточки		ведение мяча по кругу	

72	быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному, перестроение из одной колонны по трое	ходьба обычная, скрестным шагом, спиной вперед	челночный бег 3х10	после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение ласточки		ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому)	
----	---	--	--------------------	---	--	---	--

Обозначение

обучение	
повторение	
закрепление	

Ритмическая гимнастика

Музыкально-ритмические движения включается в содержание физкультурных занятий, подвижных игр, активный отдых. Разучиваются на музыкальных занятиях	Танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад в сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки
--	--

**Перспективный план элементов спортивных игр и упражнений на улице в соответствии с ФОП подготовительная группа
6-7 лет**

Сентябрь	Бег	Быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами
		Челночный бег 3х10
		Бег наперегонки
	Городки	Бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение
		Выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона при наименьшем количестве бросков бит
Октябрь	Катание на двухколесном велосипеде, самокате (самокат, велосипед обучающихся)	Катание по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость
Ноябрь	Элементы футбола	Передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой стоя на месте
		Ведение мяча змейкой между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота
		Игра по упрощенным правилам
Декабрь Январь Февраль	Элементы хоккея (без коньков на снегу, на траве) в зависимости от иклиматических особенностей	Ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы Забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (слева и справа)
Март	Бег	Бег со скакалкой
		Бег по пересеченной местности
Апрель	Элементы баскетбола	Передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча)
		Передача мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении
		Ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон
		Забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча
Май	Бадминтон	Перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, правильно удерживая ракетку

		Перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера через сетку, правильно удерживая ракетку
	Элементы футбола	Ведение мяча змейкой между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота
		Игра по упрощенным правилам

Активный отдых в соответствии с ФОП подготовительная группа 6-7 лет

Физкультурный праздник 2 раза в год не более 1,5 час	Зимний спортивный праздник	
	Летний спортивный праздник	
Физкультурный досуг 1 раз в месяц во второй половине дня 40-45 мин	Сентябрь Тема- Путешествие в страну Знаний	
	Октябрь- Тема- Будьте природе другом	
	Ноябрь Тема- От матери земной до матери небесной	
	Декабрь Тема- В здоровом теле- здоровый дух	
	Январь Тема - Зимние виды спорта	
	Февраль Тема- Слава защитникам Отечества	
	Март Тема- Крымская весна	
	Апрель- Тема- Здравияда	
	Май- Тема День Победы – праздник дедов	
День здоровья 1 раз в квартал	Октябрь Тема Мы растем здоровыми	
	Декабрь Тема Зимние виды спорта Катание на санках	Игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость
	Апрель Тема Здравияда	
	Июнь Тема Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья	
	Туристические прогулки и экскурсии время перехода в одну сторону 30-40 мин, общая продолжительность не более 2- 2,5 час. Непрерывно 20-30 мин перерыв не менее 10 мин	Сентябрь Экскурсионный выход «Моя малая родина-Тбилисская»
Январь Туристический поход по территории детского сада в зимний период времени		
Май Экскурсия к памятнику боевой славы		

Перспективно-тематическое планирование физкультурных ОД в средней группе

№ п.п.	Тема ОД	Предполагаемая дата	Фактическая дата	Примечание
1	Игровое			
2	Игровое			
3	Сюжетное «На птичьем дворе»			
4	Сюжетное «На птичьем дворе»			
5	Классическое со шнурами			
6	Игровое			
7	Классическое с обручами			
8	Комплексное			
9	Классическое с мячом			
10	Игровое			
11	Сюжетное « Цветы»			
12	Сюжетное « Цветы»			
13	Игровое			
14	Игровое			
15	Классическое без предметов			
16	Комплексное			
17	Классическое без предметов			
18	Игровое			
19	Сюжетное «Деревья в лесу»			
20	Сюжетное «Деревья в лесу»			
21	Классическое с гимнастической палкой			
22	Игровое			
23	Игровое			
24	Комплексное			
25	Классическое с лентами			
26	Игровое			
27	Сюжетное « Новогодний лес»			
28	Сюжетное « Новогодний лес»			
29	Игровое			
30	Игровое			

31	Классическое с мячом			
32	Комплексное			
33	Классическое с платочками			
34	Игровое			
35	Сюжетное « В зоопарке»			
36	Сюжетное « В зоопарке»			
37	Классическое с мешочкам			
38	Игровое			
39	Игровое			
40	Комплексное			
41	Классическое с обручами			
42	Игровое			
43	Сюжетное «В магазине игрушек»			
44	Сюжетное «В магазине игрушек»			
45	Классическое с флажками			
46	Игровое			
47	Сюжетное «Весёлые воробушки летят куда хотят»			
48	Комплексное			
49	Игровое			
50	Игровое			
51	Сюжетное « В цирке»			
52	Сюжетное « В цирке»			
53	Классическое с гимнастической палкой			
54	Игровое « Кубанские народные игры»			
55	Классическое с кеглями			
56	Комплексное			
57	Классическое без предметов			
58	Игровое			
59	Сюжетное « Насекомые»			
60	Сюжетное « Насекомые»			
61	Игровое			
62	Игровое			
63	Классическое со шнуром			
64	Комплексное			

65	Сюжетное «Вот поезд наш едет»			
66	Игровое			
67	Классическое с обручем			
68	Игровое			
69	Сюжетное «Времена года»			
70	Сюжетное «Времена года»			
71	Классическое с кубиком			
72	Комплексное			

Перспективно-тематическое планирование физкультурных ОД в старшей группе

№ п.п.	Тема ОД	Предполагаемая дата	Фактическая дата	Примечание
1	Классическое без предметов			
2	Игровое			
3	Сюжетное «На огороде»			
4	Сюжетное «На огороде»			
5	Классическое с мячом			
6	Игровое			
7	Классическое с гимнастической палкой			
8	Комплексное			
9	Классическое без предметов			
10	Игровое			
11	Сюжетное «Деревья в лесу»			
12	Сюжетное «Деревья в лесу»			
13	Классическое с обручем			
14	Игровое «Соревнование 2-х команд»			
15	Классическое на гимнастической скамейке			
16	Комплексное			
17	Классическое с малым мячом			
18	Игровое			
19	Сюжетное «Как рождается хлеб»			
20	Сюжетное «Как рождается хлеб»			
21	Классическое с флажками			

22	Спортивное с мячом			
23	Классическое без предметов			
24	Комплексное			
25	Классическое с гимнастической палкой			
26	Игровое			
27	Сюжетное « В лес на новогоднюю ёлку»			
28	Сюжетное « В лес на новогоднюю ёлку»			
29	Классическое без предметов			
30	Игровое			
31	Классическое с лентами			
32	Комплексное			
33	Классическое с малым мячом			
34	Игровое			
35	Сюжетное « В магазине игрушек»			
36	Сюжетное « В магазине игрушек»			
37	Классическое в парах			
38	Спортивное			
39	Классическое в кругу с верёвкой			
40	Комплексное			
41	Классическое с обручами			
42	Игровое			
43	Сюжетное «В зоопарке»			
44	Сюжетное «В зоопарке»			
45	Классическое без предметов			
46	Игровое			
47	Классическое на гимнастической скамейке			
48	Комплексное			
49	Классическое с малым мячом			
50	Игровое» Кубанские народные игры»			
51	Сюжетное « Подводный мир аквариума»			
52	Сюжетное « Подводный мир аквариума»			
53	Классическое без предметов			
54	Игровое			
55	Классическое без предметов			

56	Комплексное			
57	Классическое со скакалкой			
58	Игровое» Русские народные игры»			
59	Сюжетное « В цирке»»			
60	Сюжетное « В цирке»»			
61	Классическое без предметов			
62	Спортивное с элементами футбола			
63	Классическое с обручем			
64	Комплексное			
65	Классическое с гимнастическими палками			
66	Игровое			
67	Сюжетное « Насекомые»			
68	Сюжетное « Насекомые»			
69	Классическое с кольцами			
70	Игровое «Весёлые ребята»			
71	Классическое с флажками			
72	Комплексное			

Перспективно-тематическое планирование физкультурных ОД в подготовительной группе

№ п.п.	Тема ОД	Предполагаемая дата	Фактическая дата	Примечание
1	Классическое без предметов			
2	Игровое			
3	Классическое с гимнастическими палками			
4	Тренировочное с элементами акробатики			
5	Сюжетное « В поход»			
6	Сюжетное « В поход»			
7	Классическое на гимнастических скамейках			
8	Тематическое с элементами спортивных упражнений			
9	Классическое с элементами ритмической гимнастики с мячом			
10	Игровое « Русские подвижные игры»			
11	Сюжетное « Цирк»			

12	Сюжетное « Цирк»			
13	Классическое без предметов			
14	Классическое без предметов			
15	Классическое с флажками			
16	Тематическое с элементами спортивных упражнений			
17	Сюжетно-тематическое « Скакалочка»			
18	Классическое без предметов			
19	Классическое с гимнастической палкой			
20	Классическое с гимнастической палкой			
21	Тематическое с элементами спортивных упражнений			
22	Тренировочное с элементами акробатики			
23	Классическое с флажками			
24	Игровое			
25	Тренировочное с элементами акробатики с мячом			
26	Игровое « Мячики»			
27	Сюжетное « Новогодний лес»			
28	Сюжетное « Новогодний лес»			
29	Классическое парами			
30	Классическое без предметов			
31	Классическое с обручами			
32	Комплексное			
33	Классическое с элементами акробатики			
34	Игровое « Зимняя полянка»			
35	Тематическое с элементами бадминтона			
36	Тренировочное с элементами акробатики			
37	Сюжетное « В магазине игрушек»			
38	Сюжетное « В магазине игрушек»			
39	Классическое с флажками			
40	Комплексное			
41	Тренировочного типа с элементами акробатики			
42	Тематическое с элементами спортивных упражнений			

43	Классическое с гимнастической палкой			
44	Игровое « Забавы для детей»			
45	Сюжетное « В зоопарке»			
46	Сюжетное « В зоопарке»			
47	Классическое с флажками			
48	Комплексное			
49	Классическое с мячом			
50	Игровое «Мячики»			
51	Сюжетное « Я, ты, он, она»			
52	Классическое без предметов			
53	Тренировочное с элементами акробатики			
54	Игровое			
55	Классическое с лентами			
56	Комплексное			
57	Тренировочного типа с элементами акробатики			
58	Классическое без предметов			
59	Сюжетное «Обруч- весёлый помощник и друг»			
60	Тематическое с элемент. футбола			
61	Классическое без предметов			
62	Классическое со скакалкой			
63	Игровое « Обруч , колечки»			
64	Комплексное			
65	Тренировочное с элем. акробатики			
66	Игровое			
67	Сюжетное « Вместе нам никогда не бывает скучно»			
68	Классическое с лентами			
69	Классическое без предметов			
70	Тематическое с элемент. баскетбола			
71	Классическое с мячами			
72	Комплексное			

2.4. Интеграция с другими образовательными областями

Принцип интеграции ОО выступает как основополагающий принцип работы МБДОУ. Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы деятельности. Интеграция физического развития осуществляется в процессе интеграции образовательных областей:

Образовательная область	Формы работы
Социально-коммуникативное развитие	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственно-волевых качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Побуждение к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой
Познавательное развитие	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. Измерение расстояний условными мерками, подсчет количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнениям, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку
Речевое развитие	Обогащать активный словарь на занятиях физической культуры (команды, построения, виды движений и упражнений), развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и в подвижных играх, обогащать словарь детей за счет расширения представлений о физических упражнениях, исходных положениях, зимних и летних видах спорта, подвижных игр и эстафет, развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Художественно-эстетическое развитие	Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок, сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок, потешек. Отражение впечатлений детей о прослушанных и знакомых произведениях, литературных героях и событиях на физкультурных занятиях и спортивных досугах; использование различных жанров фольклора (загадки, заклички, считалки) на физкультурных занятиях, спортивных праздниках, подвижных играх; освоение элементов танца и ритмопластики и для создания танцевальных композиций спортивного направления.

2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)

Режимные процессы	Образовательная деятельность
Утренний отрезок времени	индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие, оздоровительные и закаливающие процедуры, двигательная деятельность (подвижные игры, утренняя гимнастика и другое).
Занятия	В каждой возрастной группе в неделю проводится 2 физкультурных занятия в зале и одно на прогулке.
Прогулка	Проведение физкультурных занятий (в содержание занятий входят подвижные игры и спортивные упражнения); организация подвижных игр и спортивных упражнений направленных на оптимизацию режима двигательной активности; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие; проведение спортивных праздников (при необходимости)..
Вторая половина дня	закаливающие процедуры (гимнастика пробуждения), проведение спортивных досугов, праздников; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие, работа с родителями (законными представителями)

Утверждаю
заведующий МБДОУ ЦРР- д/с № 15« Светлячок»
Т.П.Петренко

Модель физкультурных занятий

Понедельник	8.40-9.00 9.45-10.10 12.00-12.30	средняя № 2 старшая № 1 подготовительная №1
Вторник	8.40-9.00 9.45-10.10 12.00-12.30	средняя № 1 старшая № 2 подготовительная № 2
Среда	9.40 -10.10 10.20-10.50	подготовительная № 2 подготовительная № 1
Четверг	8.40-9.00 9.45-10.10	средняя № 2 старшая № 1
Пятница	8.40-9.00 9.45-10.10	средняя № 1 старшая № 2

Модель утренней гимнастики

7.45- подготовительная группа №1
 7.55-средняя группа №1
 8.01-средняя группа №2
 8.07-старшая группа №1
 8.15-старшая группа №2
 8.23- подготовительная группа №2
 8.33- окончание утренней гимнастики

2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы

Любая деятельность ребенка в МБДОУ может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например: самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Условия поддержки детской инициативы	Уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы; организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности. Расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов; поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребенка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы. Создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленных на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата. Поощрять и поддерживать желание детей получать результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата. Внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию; поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей
---	---

	и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.
Способы и приемы поддержки детской инициативы	Не спешить на помощь ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи дать совет, задать наводящий вопрос, активизировать имеющийся у ребенка опыт. Дать возможность ребенку самостоятельно решить поставленную задачу. Помочь в поиске разных вариантов решения одной задачи, поощрять активность детей в поиске, принимать любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживать инициативу и творческие решения, акцентировать внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобрять, хвалить за результат, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий. Особое внимание уделять общению с детьми в период кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Поддерживать ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах. Акцентировать внимание на освоение ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель(или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат. Предложить детям средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты. Уделять внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка

2.7. Взаимодействие с родителями (законными представителями)

При построении работы с семьями обучающихся придерживаемся *следующих требований*:

· приоритет семьи в воспитании, образовании и развитии ребенка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка;

- открытость: для родителей (законных представителей) доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка ДО, предоставлен свободный доступ в ДО, между педагогом и родителями (законными представителями) происходит обмен информацией об особенностях развития ребенка в ДО и семье;
- взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагога и родителей (законных представителей), позитивный настрой на общение и сотрудничество, этичное и разумное использование полученной информации в интересах детей;
- индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии в совместное решение образовательных задач учитываются особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей).

· **Деятельность инструктора по физической культуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями)**

Направление	Деятельность инструктора
диагностико - аналитическое	получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей дошкольного возраста; планирование работы с семьей с учетом проведенного анализа
просветительское	просвещение родителей (законных представителей) по повышению уровня компетенции в вопросах здоровьесбережения ребенка: информирование о фактах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня для ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое); информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО в решении данных задач; знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями проводимыми в ДОО
консультационное	консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другом

Перспективный план работы инструктора по физической культуре на 2023-2024 учебный год с родителями (законными представителями)

Срок	Форма	Содержание	Возрастная группа	Ответственные
сентябрь	Выступление на родительских собраниях	«Задачи физического воспитания и развития детей дошкольного возраста на учебный год»- познакомить родителей с задачами физического воспитания, системой физкультурно- оздоровительной работы в детского сада, показать необходимость сотрудничества в воспитании и развитии детей.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
	Тест для родителей	«Знания и умения в области физического воспитания» - решение задач сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду и семье.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре, воспитатели
октябрь	Интернет информация на сайте МБДОУ и родительских группах WhatsApp	«Возрастные особенности физического развития детей» - повышение педагогической компетенции родителей в вопросах физического воспитания детей	средние, старшие, подготовительные группы	инструктор по физической культуре
	Индивидуальные беседы с родителями	по результатам мониторинга физической подготовленности детей, пути ее совершенствования.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
ноябрь	Наглядная агитация	«Формирование навыков правильной осанки» содействовать сохранению и укреплению здоровья детей; дать рекомендации по формированию навыков правильной осанки.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре, старшая медицинская сестра
	Физкультурное развлечение	посвященное Дню Матери	подготовительные группы	инструктор по физической культуре, воспитатели, родители
декабрь	Мастер-класс	«Играем вместе» - показать значение совместной игровой деятельности с ребенком, удовлетворение потребности в двигательной активности через подвижные игры.»	все возрастные группы	инструктор по физической культуре

январь	Интернет консультация на сайте МБДОУ и родительских группах WhatsApp	«Зимние развлечения» - привлечь родителей к совместной двигательной деятельности на прогулке в зимний период; дать советы по организации совместного двигательной деятельности на улице.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
	Индивидуальные беседы	по интересам родителей	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
февраль	Консультация для родителей	«Патриотизм в физическом воспитании детей»- развитие патриотических качеств через физическое воспитание у подрастающего поколения в современном обществе.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
	Анкетирование	«Спорт инвентарь для детского пользования дома»	старшие, подготовительные группы	инструктор по физической культуре
	Музыкально-спортивное развлечение	. «Слава защитникам Отечества»	подготовительные группы	инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
март	Буклет	заботливым родителям от физинструктора- познакомить родителей с способами и средствами по сохранению и укреплению здоровья детей разного возраста	все возрастные группы	инструктор по физической культуре, старшая медицинская сестра
апрель	День открытых дверей	Формирование основ здорового образа жизни, интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.	свободное посещение физкультурных ОД	инструктор по физической культуре
	Памятка для родителей	«Учим ребенка кататься на велосипеде»	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
	Семейные спортивные встречи	«Веселые старты»- установление дружеско- партнерских отношений между членами семьи при проведении спортивных мероприятий.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре

май	Буклет	«Простые правила для здоровья и отдыха вашего ребенка!» - познакомить с простыми правилами безопасного семейного отдыха и правилами сохранения его здоровья.»	все возрастные группы	инструктор по физической культуре, старший воспитатель
	Наглядная информация	«Выбираем вид спорта»- познакомить с некоторыми видами спорта, дать рекомендации по выбору спортивной секции.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
	Индивидуальные рекомендации для родителей	по результатам мониторинга физической подготовленности детей.	все возрастные группы	инструктор по физической культуре
июнь, июль, август	Физкультурно – православное развлечение для детей и взрослых Буклет Индивидуальные и групповые консультации.	«День семьи, любви и верности» «Чем занять ребенка летом»; «Играем на воде», «Простые правила для здоровья и отдыха вашего ребенка!»	все возрастные группы	инструктор по физической культуре, воспитатели

2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР)

КРР и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей - инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Плана реализации, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Задачи КРР ОО Физическое развитие на уровне ДОО	определение ооп обучающихся, в том числе с трудностями освоения федеральной плана реализации и социализации; своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами; осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ппк))
Содержание КРР	в образовательной области физическое развитие содержание крр для каждого обучающего определяется с учетом его ооп на основе рекомендаций ппк доо

Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в плана реализации психолого-педагогического сопровождения

Целевые группы	Реализация КРР
Дети с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации	реализация крр с обучающимися с овз и детьми инвалидами согласно нозологическим группам осуществляется в соответствии с адаптированной образовательной программой мбдоу црр – д/с № 15 «светлячок»
Обучающиеся по индивидуальному учебному плану на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети)	часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещении доо. детям, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых, стремление постоянно получать от них помощь). у таких детей в итоге появляются сложности в освоении плана реализации и социальной адаптации. направленность крр с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми на дошкольном уровне образования:

	коррекция (развитие) коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов; снижение тревожности; помощь в решении поведенческих проблем; создание условий для для успешной социализации, оптимизации межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками. включение часто болеющих детей в программу крр, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ппк по результатам психолого - педагогической диагностики.
Обучающие, испытывающие трудности освоении образовательных программ, развитии, адаптации.	в эту группу могут входить дети мигрантов, испытывающие трудности с пониманием государственного языка российской федерации на дошкольном уровне образования. направление крр: развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям; формирование уверенного поведения и социальной успешности; коррекция деструктивных эмоциональных состояний, возникших вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия); создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку. психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы осуществляется в контексте общей плана реализации адаптации ребенка к доо. в случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включают в программу крр на основе заключения ппк или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.
Обучающиеся «группы риска»	дети проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных появлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний. направленность крр с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения на дошкольном уровне образования: коррекция (развитие) социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы; помощь в решении поведенческих проблем; формирование адекватных, социально приемлемых способов поведения; развитие рефлексивных способностей; совершенствование способов саморегуляции. включение ребенка «группы риска» в программу крр, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ппк или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.
Одаренные обучающиеся	направленность крр с одаренными обучающимися на дошкольном уровне образования: определение уровня одаренности, личностных особенностей, прогноз возможных проблем и потенциала развития; вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребенка, как в доо, так и в условиях семейного воспитания; создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по

отношению к ребенку, обстановки, формирующей у ребенка чувство собственной значимости, поощрение его индивидуальности; сохранение и поддержка индивидуальности ребенка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой; формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости; организация предметно-развивающей, обогащенной образовательной среды в условиях доо, благоприятную для развития физических способностей и одаренности в области физического развития. включение ребенка в программу крр, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ппк по результатам психологической и педагогической диагностики.

Основные направления коррекционно-развивающей работы для детей с общим недоразвитием речи

Работа для детей с общим недоразвитием речи в возрасте с 4 до 7 лет, направлена на выравнивание речевого и психофизического развития детей и обеспечение их всестороннего гармоничного развития.

В ходе коррекционно-развивающей деятельности решаются следующие задачи:

- развитие слухового, зрительного, пространственного восприятия;
- координации движений;
- общей и мелкой моторики;
- закрепление поставленных учителем-логопедом звуков в свободной речи;
- речевого и физиологического дыхания;
- формирование темпа, ритма и интонационной выразительности речи;
- работа над мимикой лица.

Для решения поставленных задач в своей работе использую следующие виды деятельности:

Общеразвивающие упражнения позволяющие укрепить опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую систему, которые способствуют развитию координации движений и двигательной памяти, формирующих правильную осанку. Данные упражнения подбираю с учетом лексической темы, или в форме игры с речевым сопровождением.

Артикуляционную гимнастику провожу в виде артикуляционных стихотворных форм с целью развития функций речедвигательного аппарата.

Пальчиковую гимнастику использую для тренировки пальцев и кистей рук, развития “ручной умелости”, стимуляции деятельности речевых зон коры головного мозга. Подбираю с учетом лексической темы, с речевым сопровождением.

Применение дыхательной гимнастики способствует выработке правильного диафрагмального дыхания, развития продолжительности выдоха, его силы и плавности.

Речевые игры использую для закрепления лексико-грамматического материала.

Оздоровительно-развивающие игры применяю для решения двигательных задач, координации речи и движений, снятия психоэмоционального напряжения.

Материал для закрепления произношения и комплексы упражнений для проговаривания текста подбираем совместно с учителем-логопедом в соответствии с речевыми нарушениями дошкольников.

2.9. План реализации ОП образовательной области Физическое развитие

1 Целевой раздел	
Общая цель воспитания в ДОО	формирование первичных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения; формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе; становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.
Общие задачи воспитания в ДОО	содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом; способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести; создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию; осуществлять поддержку позитивной организации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.
Направления воспитания	1) Патриотическое направление воспитания Цель- содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны Ценности- родина и природа культура, семья 2) Духовно-нравственное направление. Цель- формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально ответственному поведению. Ценности- жизнь, милосердие, добро. 3) Социальное направление воспитания Цель- формирование ценностного отношения детей к семье, дому, человеку развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми. Ценности: семья, дружба, человек и сотрудничество 4) Познавательное направление Цель- формирование ценности познания Ценности: познание 5) Физическое и оздоровительное направление Цель: формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными навыками и правилами безопасности. Ценности: жизнь, здоровье. 6) Трудовое направление воспитания Цель: формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду. Ценность: труд 7) Эстетическое направление воспитания Цель: способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте Ценности: культура, красота.
Целевые	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления

ориентиры воспитания на этапе завершения освоения плана реализации ОО Физическое развитие	здоровья- занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
2. Содержательный раздел	
Задачи воспитания ОО Физическое развитие	Решение задач воспитания в рамках ОО Физическое развитие направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает: -формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; -становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами: -воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.
Формы деятельности и сотрудничества с родителями (законными представителями) в процессе воспитательной работы	-родительское собрание; -круглый стол; -опрос; -мастер-класс; -анкета; -консультация -консультация- передвижка -стенд
События образовательной организации и ОО Физическое развитие	-проекты воспитательной направленности -праздники -тематические встречи с родителями (законными представителями) имеющими отношение к спорту (мастер спорта, тренер, другое) -общие дела
Совместная деятельность в образовательных ситуациях ОО Физическое развитие	-ситуативная беседа, совет, вопрос; -заучивание стихов, считалок наизусть (подготовка к спортивным праздникам, сопровождение подвижных игр); -рассматривание и обсуждение картин, иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов спортивной направленности; -организация выставок детского рисунка, семейных фотографий спортивной направленности; -экскурсии (в спорткомплексы, школьный спортзал); -участие в массовых мероприятиях станицы («Зарядка вместе», «День физкультурника», другие); туристические походы.

Организаци я предметно- пространст венной среды	-знаки и символы государства; -компоненты среды, обеспечивающие ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта (физкультурное оборудование, спортивный инвентарь); -компоненты среды, предоставляющие ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального российского народа. (атрибуты к народным подвижным играм, другое); -компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности (спортивный инвентарь)
Социальное партнерств о	-участие представителей комплекса ГТО в сдаче нормативов ГТО, мероприятиях, посвященных популяризации ГТО среди обучающихся; -проведение на базе спорткомплекса «Олимп» спортивных мероприятий акций воспитательной направленности; -участие представителей ГИБДД в мероприятиях ДОО по безопасности дорожного движения; -реализация проектов воспитательной направленности, совместно разрабатываемых детьми, родителями (законными представителями), педагогами с организациями-партнерами.

3 Организационный раздел

Нормативн о- методическ ое обеспечени е.	Практическое руководство «Воспитателю о воспитании» электронный ресурс институтвоспитания.рф.
---	---

Приложение

Федеральный календарный план воспитательной работы

Сентябрь	1 сентября- День знаний 3 сентября- День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом 8 сентября- Международный день распространения грамотности 27 сентября- День воспитателя и всех дошкольных работников
Октябрь	1 октября: Международный день пожилых людей, Международный день музыки 4 октября День защиты животных 5 октября- День учителя Третье воскресенье октября- День отца в России
Ноябрь	4 ноября- День народного единства 8 ноября- День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России Последнее воскресенье ноября- День матери в России 30 ноября- День Государственного герба Российской Федерации
Декабрь	3 декабря- День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включить в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно) 5 декабря день добровольца (волонтера) в России 8 декабря Международный день художника 9 декабря День Героев Отечества 12 декабря День Конституции Российской Федерации

Январь	31 декабря- Новый год 27 января День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима)- День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)
Февраль	2 февраля- День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно) 8 февраля День Российской науки 15 февраля День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами отечества 21 февраля- Международный день родного языка 23 февраля День защитника Отечества
Март	8 марта- Международный женский день 18 марта День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно) 27 марта Всемирный день театра
Апрель	12 апреля- День космонавтики
Май	1 мая - Праздник весны и труда 9 мая- День Победы 19 мая- День детских общественных организаций в России 24 мая-День славянской письменности и культуры
Июнь	1 июня- День защиты детей 6 июня- День русского языка 12 июня- День России 22июня- День памяти и скорби
Июль	8 июля- День семьи, любви и верности
Август	12 августа- День физкультурника 22 августа- День государственного флага Российской Федерации 27 августа- День российского кино

2.10. Формы, методы, средства

Формы работы

- Образовательная деятельность – занятия (классические тренировочные, комплексные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные), физкультминутки, физические упражнения и подвижные игры на прогулке, индивидуальная работа, физкультурные досуги, развлечения и праздники, оздоровительный бег, ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, эстафеты, совместная проектная деятельность, кружковая работа.

- Образовательная деятельность при проведении режимных моментов - утренняя гимнастика, подвижные игры во второй половине дня, беседы, чтение произведений, просмотр видеоматериалов по спортивной тематике, гимнастика после дневного сна, изготовление спортивных и игровых атрибутов.

- Самостоятельная деятельность дошкольников - самостоятельные подвижные игры и элементы спортивных игр или упражнений, игры на свежем воздухе, настольно-печатные игры, рассматривание дидактических альбомов.

Методы и приемы

При обучении общеразвивающим упражнениям, основным видам движений применяю методы и приемы:

1.Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений,
- использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

2.Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

3.Практические:

- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме.

В зависимости от программных задач и содержания образовательной деятельности по физическому развитию использую разные способы организации детей: фронтальный, поточный, подгрупповой, индивидуальный.

Учитывая конкретные условия, созданные в дошкольном учреждении, образовательные потребности родителей, возрастные, индивидуальные и психофизиологические особенности детей дошкольного возраста разработала планы образовательной деятельности для детей возрастных групп. Образовательная деятельность по физическому развитию построена в соответствии с общими требованиями, предъявляемыми к структуре. Включает в себя обучение основным видам движений, комплексам упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижным играм. Это позволяет решать образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи.

Изучение спортивных упражнений связанных с ходьбой на лыжах, катанием на коньках, санках и ездой на велосипедах не позволяет выполнить региональные условия, материальная база детского сада, поэтому включаю обучение детей элементам сезонных спортивных игр (баскетбол, футбол и др.). Расширяю и усложняю репертуар подвижных игр.

Региональный компонент реализую через использование в работе с детьми кубанских считалок, игр, бесед, мультфильмов и фильмов о видах спорта, спортсменах-чемпионах, гордости станицы, родного края, видео-экскурсии, проектную деятельность, акции и проведение спортивных праздников и развлечений.

Большое внимание уделяю индивидуальной работе. Учитывая разный уровень физической подготовленности и состояние здоровья детей, подбираю задания, облегчающие или усложняющие характер выполнения упражнений. Дети с

высоким уровнем физической подготовленности выполняют упражнения из необычных исходных положений, в новых комбинациях, в усложненных условиях. Дети с низким уровнем физической подготовленности выполняют облегченные варианты заданий (изменение амплитуды и темпа движений, высоты оборудования; выполнение упражнений в игровых ситуациях). Однако задания постепенно усложняю, так как облегченные варианты будут тормозить физическое развитие воспитанников.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого - педагогические условия реализации ОП

Успешная реализация образовательной программы ОО Физическое развитие обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;

2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, обогащение двигательной активности в центрах здоровья, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия).

3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования- формирование умения учиться);

4) учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся;

5) создание развивающей и эмоционально-комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей физическому развитию ребенка, сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера и прочее;

6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывая его социальную ситуацию его развития;

7) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики;

8) оказание ранней коррекционной помощи детям ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством инклюзивного образования;

9) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;

10) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

11) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной плана реализации и построение сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;

12) развитие профессиональной компетенции, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, физкультуры и спорта), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования ее социализации;

15) предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы оптимальные условия: оборудован музыкально-спортивный зал для проведения непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию с разнообразным оборудованием. Для проведения общеразвивающих упражнений имеются флажки, кубики, султанчики, ленты и пр. Для овладения навыков выполнения основных видов движений: гимнастические стенки и скамейки, спортивные маты, скакалки, обручи, спортивные модули, батут, мячи разного размера. Для ходьбы, метания, прыжков, бега и проведения общеразвивающих упражнений использую изготовленное мною разнообразное нестандартное спортивное оборудование, которое способствует повышению интереса воспитанников. В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные пособия, в том числе и для профилактики плоскостопия.

При проектировании РППС учитывается местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи образовательной плана реализации для различных возрастов групп; возможности и потребности участников образовательной деятельности.

РППС соответствует требованиям ФГОС ДО, образовательной программе ДОО, возрастным особенностям детей; воспитательному характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки ДОО

№	Спортивное оборудование для обучения основным движениям	Необходимо для реализации плана реализации	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Дорожка шир. 25 см, дл 2-2,5 м	2 шт		
2	Наклонная доска шир. 20 см, дл 1,5-2 м	2 шт		
3	Извилистая дорожка 15-20 см. дл 2-2,5 м	2 шт		
4	Гимнастическая скамья (узкая и широкая рейка) выс. 20 см, дл 1.5-2 м.	4 шт		
5	Воротца, дуга выс.50 см	4 шт		
6	Ребристая доска шир. 25 см, дл.1,5 м	2 шт		
7	Корзина для метания	2 шт		
8	Лесенка-стремянка	2 шт		
9	Гимнастическая стенка 6 секций	1 шт		
10	Лестница 1 пролет шир.35 см, дл 1.5 м.	2 шт		
11	Горизонтальные стойки для крепления обручей, гимнастических палок, веревок	4 шт		
12	Шнур дл 2-3 м	4 шт		
13	Куб выс 10-15 см, шир 25 см, дл 40 см	1 шт		
14	Сетка волейбольная	1 шт		
15	Крепеж для подвешивания сетки, веревки	4 шт		
16	Мат гимнастический	4 шт		
Дополнительно для детей 4-5 лет				
17	Гимнастическая доска шир.20 см, дл1.5-2 м	2 шт		
18	Гимнастический шест 2-3 м	6 шт		
19	Мишень - щит	3 шт		
Дополнительно для детей 5-6 лет				
20	Шнур, закрепленный зигзагообразно на дорожке дл 2 м	2 шт		
21	Куб выс 30 см , шир 25 см, дл 40 см	2 шт		
22	Тоннель выс 50 см, дл 2 м	2 шт		
23	Мягкий модуль выс 20 см, шир. 40 см, дл. 70 см	2 шт		
24	Стойка для прыжков в высоту	1 шт		
25	Гимнастическая скамья выс. 25 см, дл 1.5 м	2 шт		
Дополнительно для детей 6-7 лет				
26	Мягкий модуль выс 30 см, шир. 40 см, дл. 70 см	2 шт		

27	Веревочная лестница с возможностью крепления на высоте	1 шт		
28	Канат с возможностью крепления на высоте	1 шт		
29	Баскетбольная корзина	2 шт		
№	Спортивный инвентарь для обучения основным движениям	Необходимо для реализации плана реализации	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Кегли	30 шт		
2	Кубики	60 шт		
3	Мяч диаметром 25 см	30 шт		
4	Конусы	10 шт		
5	Мяч диаметром 15 см	30 шт		
6	Обруч плоский диаметр 50 см	30 шт		
7	Набивной мешок 200 гр	30 шт		
8	Мяч теннисный	30 шт		
9	Веревка дл 2 м	2 шт		
Дополнительно для детей 4-5 лет				
10	Набивной мешок 400 гр	30 шт		
11	Обруч круглый диаметр 60 см	30 шт		
12	Платочек 40х40 см	30 шт		
Дополнительно для детей 5-6 лет				
13	Набивной мяч вес 1 кг	30 шт		
14	Шар для пинг-понга	30 шт		
15	Скакалка короткая	30 шт		
16	Скакалка длинная	1 шт		
Дополнительно для детей 6-7 лет				
17	Камешек- бита	30 шт		
18	Палка гимнастическая диаметр 3 см дл 20 см	4 шт		
№	Спортивный инвентарь для выполнения ОРУ, утренней гимнастики, выступлений на праздниках (для всех возрастов) + к обозначенному выше	Необходимо для реализации плана реализации	Есть в наличии	Необходимо дополнить
1	Гимнастические палки	30 шт		
2	Султанчики (ленточки на кольце)	60 шт		

3	Флажки цветные	60 шт		
4	Флажки с российской символикой	60 шт		
5	Косички, шнуры, дл 60 см	30 шт		
6	Ленты разноцветные дл. 60 см	60 шт		
7	Цветные полотна (триколор)	3 шт		
8	Флаг РФ	1 шт		
9	Фитбол-мячи	4 шт		
10	Лестница скорости и координации	2 шт		
11	Игровой парашют	1 шт		
12	Канат для игры	1 шт		
	Спортивный инвентарь для занятий на прогулке + к обозначенному выше	Необходимо для реализации плана реализации	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Трехколесный велосипед	5 шт		
2	Лыжи 70 см	30 пар		
Дополнительно для детей 4-5 лет				
2	Двухколесный велосипед	5 шт		
3	Самокат	5 шт		
Дополнительно для детей 5-6 лет				
4	Городки	2 комплекта		
5	Футбольный мяч	30 шт		
6	Футбольные ворота	2 шт		
7	Баскетбольный мяч	30 шт		
8	Баскетбольная стойка с корзиной	2 шт		
9	Ракетка для бадминтона	30 шт		
10	Волан для бадминтона	30 шт		
12	Лыжи 110 см	30 пар		
Дополнительно для детей 6-7 лет				
11	Хоккейная клюшка	30 шт		
12	Хоккейная шайба	30 шт		
13	Хоккейные ворота	2 шт		
14	Стол для настольного тенниса	2 шт		
15	Сетка для настольного тенниса	2 шт		
16	Ракетка для настольного тенниса	30 шт		
17	Шарик для настольного тенниса	30 шт		

3.3. Технические средства обучения

№	Технические средства обучения	Необходимо для реализации плана реализации	Есть в наличии	Необходимо дополнить
1	Ноутбук	1 шт		
2	Музыкальный центр	1 шт		
3	Проектор с экраном	1 шт		
4	Цветной принтер с расходниками	1 шт		
5	Гарнитура усиления звука	1 шт		

3.4. Методическое обеспечение

1. «Старт» Л. В. Яковлевой, Р. А. Юдиной. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004г.
2. Ю.А. Кириллова «Примерная программа реализации физического образования и воспитания детей логопедических групп с ОНР с 3 до 7 лет».
3. Ю.А. Кириллова, М.Е. Лебедева, Н.Ю. Жидкова «Интегрированные физкультурно – речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет»
4. «Са-Фи-Дансе» по танцевально-игровой гимнастике Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Г.
5. "Ритмическая мозаика" А.И. Бурениной
6. Л.И. Пензулаева «Занятия по физкультуре для детей младшей, средней, старшей и подготовительной к школе групп».
7. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. Пособие для педагогов дошкольных учреждений.
8. «Занимательная физкультура» К. К. Утробинной.
9. «Детский сад: физические упражнения и подвижные игры» В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого.
10. «Оздоровительная работа в ДО» Е. Ю. Александрова.
11. «Развивающая педагогика оздоровления» В. Г. Кудрявцева.
12. «Гимнастика маленьких волшебников» Т. Нестерюк, А. Шкода.
13. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» Л.В. Гаврючиной.
14. «Оздоровительные игры» А. С. Галанова.

3.5. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15 минут	2 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
	б) на улице	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут

			минут		
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20–25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25–30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30–40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	2–4 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	6–8 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20–25	1 раз в месяц 20–25	1 раз в месяц 30–45	1 раз в месяц 40–45
	б) физкультурный праздник		2 раза в год до 90 (зрители)	2 раза в год до 90	2 раза в год до 90
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	г) туристическая прогулка, экскурсия			1 раз в месяц 90–120	1 раз в месяц 120–150
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и

скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физкультурой должны проводиться в зале.

Приложение

Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений

3-4 года	Игровые упражнения, ходьба и бег под музыку «Марш и бег» А. Александрова; «Скачут лошади», муз. Т. Попатенко; «Шагаем как физкультурники», муз. Ломовой; «Топотушки», муз. М. Раухвергера; «Птички летают», муз. Л. Банниковой. Перекачивание мяча под музыку Д. Шостаковича (вальс-шутка) Бег под музыку Р. Шумана (игра в жмурки)
4-5 лет	Игровые упражнения «Пружинки» рус.нар.мелодия Ходьба под марш, муз. И. Беркович Подпрыгивания и бег «Веселые мячики», муз М. Сатулиной Лиса и зайцы «В садике», муз. А. Майкапара Ходит медведь «Этюд», муз. К. Черни «Полька», муз. М. Глинки «Всадники», муз. В.Витлина Потопаем покружимся рус.нар.мелодии «Петух», муз. Т.Ломовой «Кукла», муз. М. Старокадомского Упражнения с цветами «Вальс» муз. А. Жилина Музыкальные игры «Курочка и петушок» муз. Г. Фрида. «Жмурки», муз. Ф.Флотова «Медведь и заяц», муз. В.Ребикова «Самолеты», муз. М. Магиденко «Найди себе пару», муз. Т. Ломовой «Займи домик», муз. М. Магиденко
5-6 лет	Упражнения «Шаг и бег», муз.Н.Надененко «Плавные руки», муз Р. Лиэра («Вальс», фрагмент) «Кто лучше скачет», муз. Т. Ломовой «Росинки», муз. С. Майкапара Упражнения с предметами «Упражнения с мячами», муз. Т. Ломовой; «Вальс», муз. Ф. Бургмюллера. Музыкальные игры «Не выпустим», муз. Т. Ломовой «будь ловким», муз. Н. Ладухина «Ищи игрушку», «Найди себе пару», латв.нар. Мелодия обраб. Т. Потапенко
6-7 лет	Упражнения «Марш», муз. М. Роберта «Бег», «Цветные флажки», муз. Е. Тиличевой «Кто лучше скачет», «Шагают девочки и мальчики», муз. В. Золотарева Поднимай и скрещивай флажки «Этюд», муз. К. Гуритта полоскать платочки «Ой, утушка луговая», рус.нар. Мелодия, обраб. Т. Ломовой «Упражнение с кубиками», муз. С. Соснина Музыкальные игры «Кот и мыши», муз. Т. Ломовой «Кто скорей», муз. М. Шварца Игра с погремушками», муз. Ф. Шуберта «Экоссез» «Поездка», «Пастух и козлята», рус. Нар. Песня, обраб. в. Трутовского.