Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

 детский сад «Алёнушка»

муниципального образования «Курильский городской округ»

694530, Российская Федерация, Сахалинская область, Курильский район,

г. Курильск, ул. Гидростроевская, 13А

телефон 8 (42454) 42-8-01, 42-0-43

 ИНН/КПП 6511003683/651101001, ОГРН 1026501100845

Принята Утверждена

педагогическим советом Заведующим МБДОУ

протокол от 08.09.2017 г. № 1 детский сад «Алёнушка»

Т.В. Седых

 « 08 » сентября 2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**инструктора по физической культуре**

**Образовательная область «Физическое развитие» для детей 1.5 – 7 лет**

**на 2017 – 2018 учебный год**

 Разработал: инструктор по

 физической культуре

 И. А. Панин

г. Курильск

**Содержание рабочей программы**

1. **Целевой раздел**

**1.1. Пояснительная записка**

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровье сбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьёзную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

**1.1.1 Цели и задачи реализации программы**

 **Цель программы**

    Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья, создание условий для становления творческой, интеллектуальной, духовно и физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию.

 **Задачи программы**

* Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
* развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;
* создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;
* развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;
* способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

***Конкретизация задач по возрастам:***

*Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:*

 *1.5-2 года*

Приучать к тому, что перед едой и по мере загрязнения моют руки. Содействовать активному участию детей в процессах, связанных с прогулкой и сном.

 *2-3 года*

Формировать у детей представления о значении разных органов для жизнедеятельности человека: глаза – смотреть, уши - слышать, нос – нюхать, язык – пробовать на вкус, руки – хватать, держать, трогать; ноги – стоять, бегать, ходить; голова – думать, запоминать.

 *3-4 года*

Дать простейшие представления о полезной и вредной для здоровья пище; способствовать овладению элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна.

Учить, бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей.

Поощрять сообщения о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения.

Знакомить с физическими упражнениями, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания.

Направлять действия детей на соблюдение навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

 *4-5 лет*

Развивать умение устанавливать связи между совершаемыми действиями и состоянием организма, самочувствием (одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой).

Расширять представления о полезной и вредной для здоровья пище.

Знакомить с частями тела и органами чувств человека, и их функциональным назначением.

Способствовать формированию потребности в соблюдении режима питания, пониманию важности сна, гигиенических процедур для здоровья.

Знакомить с составляющими здорового образа жизни.

*5-6 лет*

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

Дать представление о роли и значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

Расширять представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

*6-7 лет*

Расширять представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

*Развитие физических качеств:*

*1.5-2 года*

Учить сохранять равновесие во время выполнения упражнений. Развивать координацию движений.

*2-3 года*

 Развивать умение сохранять равновесие при различных движениях.

*3-4 года*

Учить энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.

 Поощрять проявление ловкости в челночном беге.

Закреплять умение бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

 *4-5 лет*

Учить прыгать в длину с места не менее 70 см.

Развивать общую выносливость в ходе бега по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м.

Учить бросать набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

 *5-6 лет*

Учить прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозна­ченное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

Учить лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

 Учить метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

 *6-7 лет*

Учить прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см); мягко приземляться; прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см); с разбега (180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Учить перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); бросать предметы в цель из разных исходных положений; попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м; метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м; метать предметы в движущуюся цель.

Способствовать проявлению статического и динамического равновесия, координации движений при выполнении сложных упражнений.

*Накопление и обогащение двигательного опыта*

 *(овладение основными движениями):*

*1.5-2 года*

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом. Подлезать, перелезать через препятствие.

*2-3 года*

 Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом, прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места.

 Развивать умение играть в игры с простым содержанием.

*3-4 года*

Учить сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Учить ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Учить ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направлении.

 Учить катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

 *4-5 лет*

Способствовать формированию правильной осанки при ходьбе, держась прямо, не опуская головы.

 Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие.

Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами.

Учить прыжкам в длину с места отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивая на одной ноге.

Учить ловить мяч руками (многократно ударяет им об пол и ловит его).

Учить бросать предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку.

Развивать чувство ритма (умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет).

 *5-6 лет*

Способствовать развитию умения ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Привлекать к выполнению упражнений на статическое и динамическое равновесие.

Учить перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Продолжать учить ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами.

Учить кататься на самокате.

 Привлекать к участию в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

 *6-7 лет*

Способствовать правильному выполнению техники всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья.

Закреплять умение перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчёта на первый-второй; соблюдать интервалы во время передвижения.

 Совершенствовать умение выполнять физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

Способствовать формированию правильной осанки.

*Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:*

*1.5-2 года*

Создавать условия, побуждающие детей к двигательной активности, содействовать развитию основных движений.

*2-3 года*

Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

 *3-4 года*

Привлекать к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Способствовать проявлению интереса к физическим упражнениям, умение пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

Создавать условия для проявления положительных эмоций, активности в самостоятельной и двигательной деятельности.

Поощрять проявление самостоятельности в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед).

Поощрять проявление самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

 *4-5 лет*

Способствовать проявлению активности и инициативности ребёнка в подвижных играх.

Содействовать созданию эмоционально-положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха.

Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.

 *5-6 лет*

Привлекать к участию в упражнениях с элементами спортивных игр.

Способствовать проявлению самостоятельности, творчества, выразительности и грациозности движений.

Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр.

 Стимулировать проявление интереса к разным видам спорта.

 *6-7 лет*

Привлекать к участию в играх с элементами спорта (баскетбол, футбол, хоккей).

Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр.

Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

 Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (баскетбол, хоккей, футбол).

**1.1.2** **Принципы и подходы к формированию Программы**

 Наряду с общепедагогическими дидактическими **принципами** (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

* *Принцип оздоровительной направленности,* согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
* *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности,* который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
* *Принцип гуманизации и демократизации,* который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
* *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений.*
* *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередованиия нагрузок и отдыха,* лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
* *Принцип единства с семьёй,* предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

**1.1.3 Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе, характеристики особенностей развития детей.**

Дошкольный возраст наиболее благоприятен для приобретения жизненно важных знаний, умений и навыков. Именно в это время накладываются основы будущего здоровья, работоспособности человека, его психическое здоровье.

Дошкольный возраст (1.5 – 7 лет) характеризуется значительной динамикой показателей, которыми характеризуется физическое и двигательное развитие ребёнка. Быстрыми темпами идёт рост скелета и мышечной массы. Особенности психики детей этого возраста обуславливают целесообразность коротких по времени, но часто повторяющихся занятий разнообразного, преимущественно игрового содержания. Недопустимы перегрузки организма, связанные с силовым напряжением и общим утомлением. В то же время необходимо отметить, что развитие выраженного утомления у ребёнка маловероятно, т.е. он не в состоянии противодействовать развивающемуся чувству усталости и прекращает тренировку.

В младшем дошкольном возрасте (3 – 4 года) создаются условия для освоения ребёнком многих видов простейших движений, действий и закаливающих процедур.

В 5 – 6 лет (старший дошкольный возраст) идёт освоение новых видов физических упражнений, повышаем уровень физических способностей, стимулируем участие в коллективных играх и соревнований со сверстниками.

Закаливание становится привычным элементом режима дня. Следует учитывать, что в дошкольном возрасте для высшей нервной деятельности ещё характерна неустойчивость основных нервных процессов. Поэтому не следует рассчитывать на прочное освоение ребёнком этого возраста сложных двигательных умений и действий. Однако, следует уделять особое внимание освоению и совершенствованию новых видов движений – пальцев рук и кисти, ловкости. Ловкость развивается при перемещениях со сменой направления ходьбы и бега, в упражнениях с предметами, особенно с мячом, игре с кубиками и пластилином.

Следует учесть, что 5-й год жизни является критическим для многих параметров физического здоровья ребёнка. В этот период отмечается ослабление некоторых звеньев мышечной системы и суставных связок. Следствием этого могут быть нарушения осанки, плоскостопие, искривление нижних конечностей, уплощение грудной клетки или её деформация, выпуклый и отвислый живот. Всё это затрудняет дыхание. Правильно организованная физическая активность детей, регулярные и правильно построенные занятия физическими упражнениями способны предотвратить развитие этих нарушений.

На 6-м году жизни всё большее внимание следует уделять на фоне равностороннего физического совершенствования специальному развитию отдельных физических качеств и способностей. Главная задача в этот период – заложить прочный фундамент для интенсификации физического воспитания в последующие годы. Отличие этого периода от предыдущего заключается в усилении акцента на развитие физических качеств – преимущественно выносливости и быстроты. Однако это не является самоцелью.

Задача таких занятий состоит, прежде всего, в подготовке организма ребёнка, управлении движениями и их энергетическим обеспечением, а также в подготовке психики к предстоящему в недалёком будущем значительному повышению умственных и физических нагрузок в связи с началом обучения в школе.

Что касается силовых качеств, то речь лишь идёт о воспитании способности проявлять незначительные по величине напряжения в течении достаточно длительного времени и точно дозировать мышечные усилия. Не следует предлагать ребёнку упражнения с отягощениями, за исключением метаний. В то же время масса метаемых снарядов не должна превышать 100 – 150 г.

Общий физический потенциал 6-летнего ребёнка возрастает настолько, что в программу занятий можно включать упражнения на выносливость; пробежки трусцой по 5 – 7 минут, длительные прогулки, ходьбу на лыжах, катание на велосипеде. Общее время составляет 30 – 35 минут.

К моменту поступления в школу ребёнок должен обладать определённым уровнем развития двигательных качеств и навыков, которые являются соматической основой «школьной зрелости», поскольку они базируются на определённом фундаменте физиологических резервов функций. Показатели физической подготовленности по сути являются показателями «физической зрелости» для поступления детей в школу.

**1.2 Планируемые результаты усвоения Программы**

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

-              ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

-              ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

-              у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

-              ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

**II. Содержательный раздел**

**2.1 Описание образовательной деятельности**

**2.1.1 Ранний возраст (от 1.5 до 3 лет)**

**Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей**

В течение года под руководством медицинского персонала, учитывая здоровье детей и местные условия, осуществлять комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды. Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать длительность их пребывания на воздухе в соответствии с режимом дня.

При проведении закаливающих мероприятий осуществлять дифферен­цированный подход к детям с учетом состояния их здоровья.

Специальные закаливающие процедуры проводить по решению адми­нистрации и медицинского персонала дошкольного учреждения, принимая во внимание пожелания родителей.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков**

Продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоя­тельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем.

Формировать умение с помощью взрослого приводить себя в порядок. Формировать навык пользования индивидуальными предметами (носо­вым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).

Обучать детей порядку одевания и раздевания. При небольшой помо­щи взрослого учить снимать одежду, обувь (расстегивать пуговицы спере­ди, застежки на липучках).

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

Формировать представления о значении каждого органа для нормаль­ной жизнедеятельности человека: глазки —смотреть, ушки —слышать, но­сик - нюхать, язычок — пробовать (определять) на вкус, ручки—хватать, держать, трогать; ножки—стоять, прыгать, бегать, ходить; голова—думать, запоминать; туловище — наклоняться и поворачиваться в разные стороны.

Содержание области направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

* развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
* накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.**

Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действо­вать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движе­ния во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности.

Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

**Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.**

Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке.

Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержани­ем, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способству­ющие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, ка­тание). Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).

***Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений***

*Основные движения*

**Ходьба.**Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взяв­шись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот, с измене­нием направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

**Бег.**Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

**Ползание, лазанье.**Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой од­ним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке.

Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

**Катание, бросание, метание.**Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя исидя (расстояние 50-100 см); бросание мя­ча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.

**Прыжки.**Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур(линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

*Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.**Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед гру­дью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разги­бать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-на­зад, вниз-вверх.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед ив стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.**Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ногу в колене (с поддержкой) из ис­ходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднима­ясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

*Подвижные игры*

**С ходьбой и бегом.** «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и авто­мобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмета

**С ползанием.**«Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

**С бросанием и ловлей мяча.**«Мяч вкругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

**С подпрыгиванием.**«Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

**На ориентировку в пространстве.** «Где звенит?», «Найди флажок».

**Движение под музыку и пение.**«Поезд», «Заинька», «Флажок».

**2.1.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3 - 4 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

 Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. развитие умения выполнять ходьбу и бег свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрёстную координацию движений рук и ног; действовать совместно;
2. формирование умения строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить своё место при построениях;
3. формирование умения сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;
4. формирование умения соблюдать элементарные правила, согласовы­вать движения, ориентироваться в пространстве;
5. совершенствование разнообразных видов движений, основных движе­ний. Развитие навыков лазания, ползания; ловкости, выразительности и красоты движений;
6. введение в игры более сложных правил со сменой видов движений;
7. развитие умения энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед: принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см;
8. закрепление умения энергично отталкивать мячи при катании, броса­нии; ловить мяч двумя руками одновременно;
9. обучение хвату за перекладину во время лазанья;
10. закрепление умения ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. поощрение участия детей в совместных играх и физических упражнениях. Воспитание интереса к физическим упражнениям, желания пользо­ваться физкультурным оборудованием в свободное время;
2. формирование у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
3. формирование желания и умения кататься на трёхколёсном велосипеде. Развитие умения самостоятельно садиться на трёхколёсный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
4. развитие умения реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и другие; выполнять правила в подвижных играх;
5. развитие самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организация подвижных игр с правилами. Поощрение самостоятельных игр детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

**Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений**

*1. Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2 2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по тонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

**Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

**Катание, бросание, ловля, метание.** Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель(высота центра мишени 1,2 м) правой и лёгкой (расстояние 1 - 1,5 м) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см) Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля (2-3 раза подряд).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м.) между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см.), не касаясь руками пола, пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперёд (рас­стояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыж­ки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка, через линию, шнур, через 4-6 линий (поочерёдно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смы­кание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

***Общеразвивающие упражнения.***

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимание и опускание прямых рук вперёд, вверх, в стороны (одно­временно, поочерёдно). Перекладывание предметов из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопки в ладоши перед собой и отво­дить руки за спину. Вытягивание рук вперёд, в стороны, поворачивание ладонями вверх, поднимание и опускание кисти, шевеление пальцами.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позво­ночника.** Передача мяча друг другу над головой вперёд-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворот (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклон, подтягивание ног **к** себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лёжа на спине: одно­временное поднимание и опускание ног, движения ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лёжа на животе: сгибание и разгибание ног (поочерёдно и вместе), поворот со спины на живот и обратно; прогибание, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подъем на носки; поочерёдное выставление ноги на носок вперёд, назад, в сторону. Приседания, держась за опору и без неё; приседания, вынося руки вперёд; приседания, обхватывая колени руками и наклоняя голо­ву. Поочерёдное поднимание и опускание ног, согнутых в коленях. Сидя захват пальцами ног мешочки с песком. Ходьба по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

*3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Катание на санках друг друга, катание с невысокой горки.

**Скольжение.** Скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

**Ходьба на лыжах.** Ходьба по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

**Катание на велосипеде.** Катание на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

*4. Подвижные игры*

**С бегом.** «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пёс», «Птички в гнёздышках».

**С прыжками.** «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

**С подлезанием и лазаньем.** «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

**С бросанием и ловлей.** «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

**На ориентировку в пространстве.** «Найди своё место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

**2.1.2.**  **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4 - 5 лет**

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через ре­шение следующих специфических задач:

• развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

• накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

• формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

***Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта***

Формирование правильной осанки.

Закрепление и развитие умения выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног Развитие умения бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Формирование умения выполнять действия по сигналу. Упражнения в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закрепление умения ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Развитие умения перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закрепление умения энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд, ориентироваться в пространстве.

Формирование умения в прыжках в длину и высоту с места, сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие Формирование умения прыгать через короткую скакалку.

Закрепление умения принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развитие физических качеств (гибкость, ловкость, быстрота, выносливости)

Развитие двигательной активности детей в играх с мячами, скакалками, обручами и другими предметами

Закрепление умения кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу.

Совершенствование умения ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

 ***Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании***

Формирование умений и навыков правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений.

Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей, умения творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закрепление умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Приучение детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проведение физкультурных досугов продолжитель­ностью 20 минут; два раза в год — физкультурных праздников (зимний и летний) продолжительностью 45 минут

Развитие активности детей в разнообразных играх.

Развитие быстроты, силы, ловкости, пространственной ориентировки.

Воспитание самостоятельности и инициативности в организации знакомых игр.

Приучение детей к выполнению действий по сигналу.

Во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умения поддерживать дру­жеские взаимоотношения со сверстниками.

 ***Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений***

*1. Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по од­ному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыж­ками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по верёвке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочерёдно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от дру­га), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

**Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с измене­нием темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1—1,5минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года)

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под верёвку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гим­настической стенке (перелезание с одного пролёта на другой вправо и влево).

**Прыжки.** Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чере­довании с ходьбой), продвигаясь вперёд (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочерёдно) Прыжки через линию, поочерёдно через 4-5 линий, расстоя­ние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочерёдно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с мес­та (не менее 70 см) Прыжки с короткой скакалкой.

**Катание, бросание, ловля, метание.** Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за голо­вы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбива­ние мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с рас­стояния 2 2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота цент­ра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одно­му, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и цикличных движений под музыку.

*2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимание рук вперёд, в стороны, вверх (одновременно, поочерёдно), отведение рук за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивание руками вперёд-назад; выполнение круговых движений руками, согнутыми в локтях. Закладывание рук за голову, разве­дение их в стороны и опускание. Поднимание рук через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимание палки (обруча) вверх, опускание за плечи; сжимание, разжимание кистей рук; вращение кистями рук из исходного положения руки вперёд, в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости поз­воночника.** Повороты в стороны, держа руки на поясе, разведение рук в стороны; наклоны вперёд, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоны с выполнением задания (класть и брать предметы из разных исходных положений: ноги вместе, ноги врозь). Наклоны в стороны, держа руки на поясе. Прокатывание мяча вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывание предметов из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимание обеих ног над полом: поднимание, сгибание, выпрямление и опускание ног на пол из исходных положений лёжа на спине, сидя. Повороты со спины на живот, держа в вы­тянутых руках предмет. Приподнимание вытянутых вперёд рук, плеч и го­ловы, лёжа на животе.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подъем на носки; поочерёдно выставление ноги вперёд на пятку, на носок; притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поя­се, вытянув руки вперёд, в стороны. Поочерёдное поднимание ног, согнутых в коленях. Ходьба по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захват и перекладывание предметов с места на место стопа­ми ног

**Статические упражнения.** Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

*3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Скатывание на санках с горки, торможение при спуске с неё, подъем с санками на гору.

**Скольжение.** Самостоятельное скольжение по ледяным дорожкам.

**Ходьба на лыжах.** Передвижение на лыжах по лыжне скользящим шагом. Повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подъем на склон прямо ступающим шагом, полу ёлочкой (прямо и наискось). Ходьба на лыжах на дистанцию до 500 м.

**Игры на лыжах.** «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца»

**Катание на велосипеде.** Катание на трёхколёсном и двухколёсном велосипедах по прямой, по кругу. Повороты направо и налево.

*4. Подвижные игры*

**С бегом.** «Самолёты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

**С прыжками.** «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике» «Зайка серый умывается»

**С ползанием и лазаньем.** «Пастух и стадо», «Перелёт птиц», «Котята и щенята»

**С бросанием и ловлей.** «Подбрось поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

**На ориентировку в пространстве*,* на внимание.** «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушёл?», «Прятки».

**Народные игры.** «У медведя во бору».

**2.1.3.**  **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 5 - 6 лет**

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через ре­шение следующих специфических задач:

• развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

• накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

• формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

 ***Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта***

Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности.

Формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения.

Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.

Совершенствование двигательных умений и навыков детей.

Закрепление умения детей с легкостью выполнять ходьбу и бег, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закрепление умения лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Совершенствование умения выполнять прыжки в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимо­сти от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Закрепление умения сочетать замах с броском при метании, подбрасы­вать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на мес и вести при ходьбе.

Закрепление умений ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; катать­ся на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой), ориентиро­ваться в пространстве.

Знакомство со спортивными играми и упражнениями, с играми с эле­ментами соревнования, играми-эстафетами.

 ***Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании***

Развитие самостоятельности, творчества, формирование выразительности и грациозности движений.

Воспитание стремления участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование умения самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Формировать привычки помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщение им наиболее важных сведений о событиях спортивной жизни страны.

Проведение один раз в месяц физкультурных досугов длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурных праздников длительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досугов и праздников привлечение дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревно­ваниях.

 ***Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений***

*1. Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, верёвке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

**Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в мед­ленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость. 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

**Ползание и лазанье.** Ползание на четвереньках змейкой между предме­тами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; полза­ние по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на жи­воте, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов под­ряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролёта на другой, пролезание между рейками.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперёд другая назад), продвигаясь вперёд (на расстояние 3-4 м) Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперёд, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов поочерёдно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с ме­ста (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбе­га (30-40 см) Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

**Бросание, ловля, метание.** Бросание мяча вверх, о землю и ловля егодвумя руками (не менее 10 раз подряд), одной рукой (правой, левой неменее 4-6 раз), бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, с груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвиже­нием шагом вперёд (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг) Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одно­му, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперёд, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево,кругом переступанием, прыжком.

**Ритмическая гимнастика.** Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с му­зыкальным сопровождением.

*2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Разведение рук в стороны из положения руки перед грудью; подни­мание рук вверх и разведение в стороны ладонями вверх из положения ру­ки за голову. Поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повёрнуты тыльной стороной внутрь) вперёд-вверх; поднимание руквверх-назад попеременно, одновременно. Поднимание и опускание кистей; сжимание и разжимание пальцев.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены и касаясь её затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочерёдно поднимание согнутых прямых ног, прижавшись к гимнастической стенке взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоны вперёд, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклон вперёд, стараясь коснуться ладонями пола, наклоны, поднимая за спиной сцепленные руки. Повороты, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочерёдное отведение ног в стороны из упора, присев; движения ног, скрещивая их из исходного положения лёжа наспине. Подтягивание головы и ног к груди (группировка)

*3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Катание друг друга на санках, катание с горки по двое. Выполнение поворотов при спуске.

**Скольжение.** Скольжение по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

**Катание на велосипеде и самокате.** Самостоятельное катание на двухколёсном велосипеде по прямой, повороты налево и направо. Катание на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

*4. Спортивные игры*

**Элементы баскетбола.** Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, ведение мяча правой, левой рукой. Бросание мяча в корзину дву­мя руками от груди.

**Элементы футбола.** Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча вокруг предметов; закатывание в лун­ки, ворота; передача ногой друг другу в парах, отбивание о стенку несколько раз подряд.

**Элементы хоккея.** Прокатывание шайбы клюшкой в заданном направлении, закатывание её в ворота. Прокатывание шайбы друг другу в парах.

*5. Подвижные игры*

**Сбегом.** «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру» «Караси и щука», «Пере­бежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейни­ки», «Бездомный заяц»

**С прыжками.** «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы»

**С лазаньем и ползанием.** «Кто скорее доберётся до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье»

**С метанием.** «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в об­руч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо»

**Эстафеты.** «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования.** «Кто скорее пролезет через обруч к флаж­ку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?»

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!» и др.

**2.1.4.**  **Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 6 - 7 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через ре­шение следующих специфических задач:

• развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

• накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

• формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

***Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта***

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Формирование привычки сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закрепление умения соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Совершенствование активного движения кисти руки при броске.

Закрепление умения быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкостигибкости.

Упражнения в статическом и динамическом равновесии, на развитие координации движений и ориентировку в пространстве.

Закрепление умения участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Совершенствование техники основных движений (добиваясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения).

Закрепление умения сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и в высоту с разбега.

Упражнения в перелезании с пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали.

 ***Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании***

Закрепление умения придумывать варианты игр, комбинировать движе­ния, проявляя творческие способности; самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

Поддержание проявления интереса к физической культуреи спорту отдельным достижениям в области спорта.

Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бад­минтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Проведение один раз в месяц физкультурных досугов длительностью до 40 минут, два раза в год физкультурных праздников (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

 ***Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений***

*1. Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедpa), широким и мелким шагом, приставным шагом вперёд и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперёд сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, верёвки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по верёвке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Круже­ние с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

**Бег.** Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперёд, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжка­ми, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость. 30 м примерно за 6,5-7,5 се­кунды к концу года.

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролёта на пролёт по диагонали.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперёд на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо pi влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое по­крытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, па­рами, прыжки через большой обруч (как через скакалку) Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности.

**Бросание, ловля, метание.** Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочерёдно на месте и в движении. Ведение мя­ча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты на­право, налево, кругом.

**Ритмическая гимнастика.** Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкаль­ным сопровождением.

*2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимание рук вверх, вперёд, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимание рук вверх из положения руки к плечам. Поднимание и опускание плеч; энергичное разгибание согнутых в локтях рук (пальцы сжаты в кулаки), вперёд и в стороны; отведение локтей назад (рывки 2—3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью; круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращение кистями рук. Разведение и сведение пальцев; поочерёдное соединение всех пальцев с большим.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости по­звоночника.** Опускание и повороты головы в стороны. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх, в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоны вперёд, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимание обеих ног (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; перенос прямых ног через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения, лёжа на спине (закрепив ноги) переход в положение, сидя и снова в положение лёжа. Прогибание, лёжа на животе. Из положения лёжа на спине поднимание обеих ног одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переход в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочерёдное поднимание ноги, согнутой в ко­лене; поочерёдное поднимание прямой ноги стоя, держась за опору.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Выставление ноги вперёд на носок скрестно: приседания, держа руки за головой; поочерёдное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь); приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не подни­маясь. Выпад вперёд, в сторону; касание носком выпрямленной ноги (мах вперёд) ладони вытянутой вперёд руки (одноименной и разноимённой); сво­бодное размахивание ногой вперёд -назад, держась за опору. Захват ступнями ног палки посередине и поворачивание её на полу.

**Статические упражнения.** Сохранение равновесия, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг) Выполнение общеразвивающих упражнений, стоя на левой или правой ноге и т. п.

*3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Во время спуска на санках с горки поднимание за­ранее положенного предмета (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнение разнообразных игровых заданий (проехать в воротца, попасть снежком *в* цель, выполнить поворот) Участие в играх-эстафетах с санками.

**Скольжение.** Скольжение с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скольжение с невысокой горки.

**Катание на велосипеде и самокате.** Катание на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободное катание на самокате

**Игры на велосипеде.** «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

*4. Спортивные игры*

**Элементы баскетбола.** Передавание мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди в движении. Ловля летящего мяча на разной высоте (на уров­не груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бро­сание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Ведение мяча одной рукой, передавая егоиз одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

**Элементы футбола.** Передача мяча друг другу, отбивая его правой и ле­вой ногой, стоя на месте. Ведение мяча змейкой между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота.

**Элементы хоккея** (без коньков — на снегу, на траве). Ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы. Прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой. Ведение шайбы клюшкой вокруг предме­тов и между ними. Забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадание шайбой в ворота, удары по шайбе с места и после ведения.

*5. Подвижные игры*

**С бегом.** «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чьё звено скорее соберётся?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

**С прыжками.** «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

**С метанием и ловлей.** «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто са­мый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом»

**С ползанием и лазаньем.** «Перелёт птиц», «Ловля обезьян».

**Эстафеты.** «Весёлые соревнования», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования.** «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!», лапта.

**2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов**

При некоторых общих принципах и подходах к детям большое внимание в Программе уделяется развитию детской индивидуальности, учету темпа развития и деятельности каждого ребенка, его собственных предпочтений. В Программе больше времени дается для свободной деятельности детей по выбору. Однако это не просто время, когда дети представлены сами себе, а время работы воспитателя в выбранной детьми сфере деятельности. Так, воспитатель может присоединиться к детям, занимающимся рисованием, и помочь им продвинуться в создании самостоятельных замыслов или в использовании новых приемов. Возможно так же в это время и наблюдение за детьми с целью выявления особенностей их взаимодействия и деятельности.

 Образовательная работа воспитателя с детьми происходит в процессе различных образовательных ситуаций. Образовательные ситуации могут специально создаваться для решения какой-либо образовательной задачи. Такие ситуации специально организуются, планируются, для них готовится материал, продумывается место и время их создания (организации). Иначе говоря, это «прямые» образовательные ситуации (например, ситуации, которые раньше организовывались как занятия). Основная цель и задача педагога в таких ситуациях – образовательная: развитие у детей познавательных и творческих способностей, психических качеств, сообщение им знаний, создание условий для овладения детьми определенными действиями.

Взаимодействие педагога с детьми часто происходит в ситуациях, которые можно назвать «бытовыми». Это ситуации режимных моментов, свободного взаимодействия детей друг с другом. Для педагога цель в таких ситуациях – решение бытовой проблемы: одевание детей, обеспечение гигиены детей, их питания, сна, разрешение конфликтов между детьми. Такие ситуации, однако, могут и должны использоваться и для решения других образовательных задач. Ситуации, преследующие одну цель, но используемые в то же время для решения других образовательных задач являются «косвенными».

 Взаимодействие педагога с детьми, детей друг с другом носит характер диалога и активного сотрудничества. Для образовательной работы воспитатель может использовать все многообразие форм работы, ситуаций взаимодействия и общения с детьми. Это могут быть:

* свободная игра детей
* ролевая игра воспитателя с детьми (индивидуально или с несколькими)

По видам детской активности:

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды детской активности** | **Формы и средства реализации Программы** |
| Двигательная | * утренняя и бодрящая гимнастика
* физкультминутки
* динамические паузы
* игры и упражнения с речевым сопровождением (стихи, песенки, потешки, считалки и др.)
* игры и упражнения под музыку
* подвижные дидактические игры
* подвижные игры с правилами
* игры с элементами спорта
* соревнования (эстафеты)
* досуги
* сюжетные, игровые, тематические, комплексные, тренировочные, контрольно-диагностические («занятия») формы непосредственно образовательной деятельности.
 |
| Игровая | * дидактические игры
* интеллектуально развивающие
* дидактические с элементами движения
* сюжетно-ролевые
* подвижные
* игры с элементами спорта
* народные игры
* музыкальные
* хороводные
* театрализованные
* режиссерские
* игры-драматизации
* игра-фантазия
* строительно-конструктивные
* игры на развитие коммуникации и др.
 |
| Продуктивная | * рисование
* лепка
* аппликация
* художественный труд
* проектная деятельность
* творческие задания
* изготовление (предметов для игр, познавательно-исследовательской деятельности, украшений к праздникам, сувениров и др.)
* создание макетов, коллекций и их оформление и др.
 |
| Коммуникативная | * Моделирование ситуаций
* беседы (диалоги)
* рассказ с дальнейшим обсуждением
* разучивание стихов, потешек и др.
* чтение, рассматривание с дальнейшим обсуждением
* создание ситуаций (проблемных, морального выбора и др.)
* ситуативный разговор
* Тренинги
* интервьюирование
* рассказывание (составление рассказов, сочинение сказок и др.)
* сочинение и отгадывание загадок
* проектная деятельность
* коммуникативные игры
* свободное общение по теме
* игры с речевым сопровождением
* игры (театрализованные, сюжетно-ролевые игры и др.)
* инсценирование и драматизация и др.
* правила компромиссного общения и взаимодействия
 |
| Трудовая | * ручной труд
* дежурство
* поручение
* задание
* совместная трудовая деятельность и др.
 |
| Познавательно - исследовательская | * игровое моделирование ситуаций
* наблюдения с обсуждением
* рассказ с дальнейшим обсуждением
* экскурсии с дальнейшим обсуждением
* рассматривание с дальнейшим обсуждением
* решение проблемных ситуаций
* экспериментирование
* коллекционирование
* моделирование
* конструирование
* проектная деятельность
* игры (дидактические, интеллектуально-развивающие и др.) и др.
* информационно-компьютерные средства
* логические рассуждения
* актуализация опыта детей
* выявление причинно-следственных связей
* обследование предметов
 |
| Музыкально - художественная | * слушание с дальнейшим обсуждением
* исполнение (пение, игра на музыкальных инструментах)
* инсценирование и драматизация
* музыкально-ритмические упражнения
* экспериментирование со звуками
* подвижные игры с музыкальным сопровождением
* музыкально-дидактические игры
* беседы и др.
* досуги
 |
| Чтение художественной литературы | * чтение с обсуждением
* рассказ
* беседа
* ситуативный разговор
* викторины по прочитанным произведениям
* рассматривание иллюстраций и др.
* инсценирование и драматизация
* разучивание
* чтение с последующими играми (театрализованная, игра-фантазия, сюжетно-ролевая, режиссерская и др.) и др.
 |

Каждая из перечисленных ситуаций может рассматриваться как образовательная и вносить свой вклад в развитие ребенка. Важно при этом осознанное профессиональное отношение педагога к взаимодействию и общению с детьми.

**2.3 Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик.**

**Культурные практики** – это обычные для ребенка (привычные) способы самоопределения, саморазвития и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и события с другими людьми

Это также апробация (постоянные и единичные пробы) новых способов и форм деятельности и поведения в целях удовлетворения разнообразных потребностей и интересов.

В МБДОУ применяются следующие виды культурных практик:

* *Игровые* (самостоятельная игра детей, совместная игра детей со взрослым, сюжетные игры, игры с правилами, дидактические игры, двигательные, режиссерская игра и др.)
* *Исследовательские* (наблюдение, моделирование, экспериментирование, проектная деятельность и др.)
* *Коммуникативные* (ситуации общения и накопления опыта и др.)
* *Творческие мастерские* (художественное конструирование, творческая продуктивная деятельность детей)
* *Музыкально-театральные гостиные*
* *Детский досуг*
* *Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность*

**2.4 Способы и направления поддержки детской инициативы**

**Инициатива:**

1. Внутреннее побуждение к новой деятельности.  Руководящая роль в каких-либо действиях.
2. Способность к самостоятельным, активным действиям; предприимчивость

3. Активность в начинании, активность продвигать начинания, запускать новые дела, вовлекая туда окружающих людей.

Можно сказать, **инициатива** –  внутреннее побуждение к новым действиям, вовлечение окружающих людей в эту деятельность, беря на себя руководящую роль.

**Для развития инициативности нужно:**

1. Давать простые задания (снимать страх "не справлюсь"), развивать у детей инициативу.
2. Давать задания интересные или где у человека есть личный интерес что-то делать.
3. Поддерживать инициативы (быть готовым платить за ошибки и неудачи).
4. Научить грамотно реагировать на собственные ошибки.

Если мы хотим, чтобы наши дети верили в себя, развивались и экспериментировали, мы должны подкреплять инициативу, даже когда она сопровождается ошибками.

В образовательном процессе ребёнок и взрослые (педагоги, родители, медицинский персонал) выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир.

Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка.

Взрослым необходимо научиться тактично сотрудничать с детьми: не стараться всё сразу показывать и объяснять, не преподносить сразу какие-либо неожиданные сюрпризные, шумовые эффекты и т.п. Необходимо создавать условия, чтобы дети о многом догадывались самостоятельно, получали от этого удовольствие.

**1.5 - 3 года**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в этом возрасте является исследовательская деятельность с предметами, материалами, веществами; обогащение собственного сенсорного опыта восприятия окружающего мира. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. предоставлять детям самостоятельность во всем, что не представляет опасности для их жизни и здоровья, помогая им реализовывать собственные замыслы;
2. отмечать и приветствовать даже самые минимальные успехи детей;
3. не критиковать результаты деятельности ребенка и его самого как личность;
4. формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия; приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями; знакомить детей с группой, другими помещениями и сотрудниками детского сада, территорией участка с целью повышения самостоятельности;
5. побуждать детей к разнообразным действиям с предметами, направленным на ознакомление с их качествами и свойствами (вкладыши, разборные игрушки, открывание и закрывание, подбор по форме и размеру);
6. поддерживать интерес ребенка к тому, что он рассматривает и наблюдает в разные режимные моменты;
7. устанавливать простые и понятные детям нормы жизни группы, четко исполнять правила поведения всеми детьми;
8. проводить все режимные моменты в эмоционально положительном настроении, избегать ситуации спешки и потарапливания детей;
9. для поддержания инициативы в продуктивной деятельности по указанию ребенка создавать для него изображения или поделку;
10. содержать в доступном месте все игрушки и материалы;
11. поощрять занятия двигательной, игровой, изобразительной, конструктивной деятельностью, выражать одобрение любому результату труда ребенка.

**3-4 года**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержания инициативы ребенка 3-4 лет взрослым необходимо:

1. создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
2. рассказывать детям о из реальных, а также возможных в будущем достижениях;
3. отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
4. всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять её сферу;
5. помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;
6. способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
7. в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относится к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;
8. не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
9. учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
10. уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
11. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость;
12. всегда предоставлять детям возможность для реализации замыслов в творческой игровой и продуктивной деятельности.

**4-5- лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относится к их попыткам внимательно, с уважением;
2. обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;
3. создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе "дом", укрытие для сюжетных игр;
4. при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глазу на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
5. не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;
6. обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);
7. привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;
8. побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;
9. привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;
10. читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

**5-6 лет**

 Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
2. уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
3. поощрять желание создавать что- либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу)
4. создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
5. при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
6. привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;
7. создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

**6-7 лет**

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

1. вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
2. спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
3. создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
4. обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
5. поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
6. создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;
7. при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;
8. проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;
9. презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

**2.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Воспитание - это очень ответственное дело. Тем более, когда речь идёт о воспитании дошкольников и дошкольном образовании. Как раз в этот период и закладывается основа личности человека. Чтобы нам понять маленького ребёнка, чему-то его научить, необходимо очень много уметь, знать, понимать. Воспитательная функция - важнейшая функция семьи. По мнению философа Н.Я. Соловьева, "семья - воспитательная колыбель человека". Потому что в семье воспитываются и взрослые и дети. Воспитание - очень сложный процесс, в котором взаимно влияют друг на друга и те, кто воспитывает, и те, кого воспитывают.

Семейный Кодекс РФ гласит: «Родители являются первыми педагогами, они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка». То, что ребенок в детские годы приобретает в семье, он сохраняет в течение всей последующей жизни. Каждый ребенок имеет право на счастье. Дошкольное учреждение играет важную роль в развитии ребёнка. Здесь он получает образование, приобретает умения взаимодействовать с другими детьми и взрослыми, организовывать собственную деятельность. Однако насколько эффективно ребёнок будет овладевать этими навыками, зависит от отношения семьи к дошкольному учреждению. Гармоничное развитие дошкольников без активного участия его родителей в образовательном процессе вряд ли возможно. Важность семейного воспитания в процессе развития детей определяет важность взаимодействия семьи и дошкольного учреждения. В ст.18 говорится: родители являются первыми педагогами. Они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка в раннем детском возрасте.

Основные положения ФГОС ДО отражают необходимость включения родителей и других членов семей воспитанников в образовательный процесс детского сада как участников образовательных отношений.

Основной целью взаимодействияпедагогического коллектива с семьями воспитанников в соответствии с Программой является создание содружества «родители-дети-педагоги», в котором все участники образовательных отношений влияют друг на друга, побуждая к саморазвитию, самореализации и самовоспитанию.

Концептуальной идеей Программы является идея о том, что если в центре внимания находится развивающийся Ребенок, то ему должны соответствовать развивающийся Родитель и развивающийся Педагог. Суть подхода заключается в поддержке родителей в нахождении личностного смысла в саморазвитии и повышении своей психолого-педагогической компетентности в интересах полноценного развития и успешной социализации детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Принципы работы | Направления работы | Задачи работы |
| - партнёрство родителей и педагогов в воспитании и обучении детей;-единое понимание педагогами и родителями целей и задач воспитания и обучения;- помощь, уважение и доверие к ребёнку со стороны педагогов и родителей;- постоянный анализ процесса взаимодействия семьи и ДОУ, его промежуточных и конечных результатов. | - защита прав ребёнка в семье и детском саду;- воспитание, развитие и оздоровление детей;-детско-родительские отношения;- взаимоотношения детей со сверстниками и взрослыми;- коррекция нарушений в развитии детей;- подготовка детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе. | - изучение семьи;-привлечение родителей к активному участию в деятельности ДОУ;- изучение семейного опыта воспитания и обучения детей;- просвещение родителей в области педагогики и детской психологии;-работа по повышению правовой и педагогической культуры родителей  |

Начиная со стадии индивида, ребенок переходит на этап индивидуальности со своими привычками, наклонностями, способностями, задатками и возможностями. Все эти психологические особенности в мальчике или девочке формируются в процессе воспитания в детском саду. Воспитание и образование в детских садах осуществляют воспитатели с помощью занятий, прогулок, игр, индивидуальной работы, развлечений, праздников, привлекая родителей и руководствуясь при этом программой воспитания и образования в детском саду, методикой дошкольного воспитания.

В нашем детском саду используются разнообразные формы работы с родителями для обогащения их педагогическими знаниями.

Среди наиболее эффективных и соответствующих современным требованиям педагогами используются различные формы совместного творчества детей, родителей и педагогов, которые позволяют родителям целенаправленно включаться в деятельность детского сада, выступать в качестве активного субъекта образовательных отношений. Степень вовлеченности родителей зависит от их желания и возможностей. Среди самых распространенных форм совместного творчества:

* мастер-классы, в ходе которых родители совместно с детьми выполняют задания педагога;
* семейные встречи, когда дети вместе с родителями отдыхают, поют, танцуют, соревнуются;
* гостиные с использованием средств музыки, театра, живописи, литературного и фольклорного материалов;
* спортивные праздники (в помещении и на улице), досуги, праздники, развлечения, различные формы трудовой деятельности.

Модель взаимодействия педагогов с родителями:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Направления | Содержание | Формы работы |
| Педагогическиймониторинг | - Изучение своеобразия семей, особенностей семейного воспитания, педагогических проблем, которые возникают в разных семьях, степени удовлетворенности родителей деятельностью ДОУ.- Выявление интересов и потребностей родителей, возможностей конкретного участия каждого родителя в педагогическом процессе детского сада.- Знакомство с семейными традициями. | -Анкетирование родителей- Беседы с родителями- Беседы с детьми о семье-Наблюдение за общениемродителей и детей |
| Педагогическаяподдержка | - Оказание помощи родителям в понимании своих возможностей как родителя и особенностей своего ребенка.- Популяризация лучшего семейного опыта воспитания и семейных традиций.- Сплочение родительского коллектива. | - Беседы с родителями-Психолого-педагогические тренинги- Экскурсии по детскомусаду (для вновь поступивших)- Дни открытых дверей- Показ открытых занятий- Родительские мастер-классы- Проведение совместныхдетско-родительскихмероприятий, конкурсов |
| Педагогическоеобразованиеродителей | - Развитие компетентностиродителей в области педагогики и детской психологии.-Удовлетворение образовательных запросов родителей.- Темы для педагогического образования родителей определяются с учетом ихпотребностей (по результатам педагогического мониторинга). | - Консультации- Дискуссии- Информация на сайте ДОУ- Круглые столы- Родительские собрания-Вечера вопросов и ответов- Семинары- Показ и обсуждениевидеоматериалов- Решение проблемныхпедагогических ситуаций- Выпуск газет,информационных листовплакатов для родителей. |
| Совместнаядеятельность | - Развитие совместного общения взрослых и детей.- Проведение совместныхпраздников и посиделокпедагогов и родителей- Сплочение родителей и педагогов.- Формирование позиции родителя как непосредственного участника образовательного процесса. | - Заседания семейного клуба-Оформление совместных с детьми выставок- Совместные проекты- Семейные конкурсы- Совместные социальнозначимые акции- Совместная трудоваядеятельность |

**3. Организационный раздел**

**3.1 Описание материально-технического обеспечения Программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Оборудование | Кол-во, шт |  |
| 1 | Спортивный зал | 1 |  |
| 2 | Спортивная площадка(для взрослых) | 1 |  |
| 3 | Игровая площадка |  |  |
| 4 | Асфальтированная дорожка  | 1 |  |
| 5 | Горка переносная (с гладким подъемом и спуском) | 2 |  |
| 6 | Горка переносная (с подъемом-спуском из реек) | 2 |  |
| 7 | Гимнастическая скамейка | 3 |  |
| 8 | Переносная мишень | 1 |  |
| 9 | Корзина  | 3 |  |
| 10 | Башня для лазания | 2 |  |
| 11 | Батут (детский) | 1 |  |
| 12 | Мат (100мм) | 1 |  |
| 13 | Мат (20мм) | 3 |  |
| 14 | Стойка (два кольца) | 1 |  |
| 15 | Стойка (круг) | 1 |  |
| 16 | Стойка («малые ворота») | 2 |  |
| 17 | Стойка («большие ворота») | 1 |  |
| 18 | Гимнастическая стенка для лазания | 4 |  |
| 19 | Переносная площадка с зацепом | 1 |  |
| 20 | Стойка из реек | 3 |  |
| 21 | Площадка из реек | 2 |  |
| 22 | Большой резиновый мяч |  |  |
| 23 | Надувной большой мяч с ручками |  |  |
| 24 | Малый красный мяч |  |  |
| 25 | Малый синий мяч |  |  |
| 26 | Мешочки для метания |  |  |
| 27 | Мешочки для равновесия |  |  |
| 28 | Кегли |  |  |
| 29 | Флажки  |  |  |
| 30 | Обруч составной | 17 |  |
| 31 | Обруч (малый) | 19 |  |
| 32 | Обруч (металлический) | 3+1 |  |
| 33 | Тоннель из ткани | 2 |  |
| 34 | Скакалка  | 15 |  |
| 35 | Табун лошадей | 6 |  |
| 36 | Кегли  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

#### 3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Программа «От рождения до школы» не предъявляет специальных требований к оснащению, материалам, оборудованию, инвентарю — для реализации Программы не требуется какого-то особого нестандартного оснащения. Программа может быть реализована на имеющийся у дошкольной организации материально-технической базе, при условии соответствия ее действующим государственным стандартам и требованиям. Однако, чем шире материальная база, тем больше у педагога возможностей создать оптимальные условия для развития каждого ребенка.

Обеспечить высокий уровень развития детей можно, даже имея скромные материальные возможности, так как развивающим эффектом обладают не сами объекты развивающей среды, а детская деятельность, организуемая взрослым или самостоятельная. Результат работы в первую очередь зависит от профессионализма и творческого потенциала педагогов.

Количество и конкретный ассортимент приобретаемых средств обучения, в том числе технических, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, и игрушек определяются дошкольной организацией самостоятельно, исходя из материальных возможностей организации, состава и потребностей детей и запроса родителей. Опираться при подборе оборудования можно на «Примерный перечень игрового оборудования для учебно-материального обеспечения дошкольных образовательных учреждений», рекомендованный в Письме Минобрнауки РФ от 17.11.2011 № 03-877 и на рекомендации программы «От рождения до школы».

В соответствии с ФГОС, материально-техническое обеспечение программы включает в себя учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы). При этом, Организация самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

Программно-методический комплекс образовательного процесса

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Автор  | Наименование |
| 1 | Н.Е. Веракса, Т.С. Комарова, М.А. Васильева | «От рождения до школы» |
| 2 | С.С. Прищепа | «Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет» |
| 3 | И.Н. Недомеркова | «Физическое развитие детей. Планирование НОД» |
| 4 | Т.И. Осокина | «Обучение плаванию в детском саду» |
| 5 | Л.И. Пензулаева | «Физическая культура в детском саду» |
| 6 | Л.И. Пензулаева | «Оздоровительная гимнастика» |
| 7 | М.Р. Югова | «Воспитание ценностей здорового образа жизни у детей 3 – 7 лет» |
| 8 |  |  |
| 9 |  |  |
| 10 |  |  |
|  |  |  |

**3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Праздники** | **Сроки** | **Ответственные**  |
| 1. | 1 сентября «По дорогам знаний» | Сентябрь | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 2. | Осенины «В гостях у царицы осени» | Октябрь  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 3. | День матери «Моя мама лучшая на свете» | Ноябрь  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 4. | Новый год «Кругосветное путешествие Деда Мороза и его друзей» | Декабрь  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 5. | «Есть такая профессия - родину защищать!» | Февраль  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 6. | Праздник посвященный международному женскому дню «Лучшие в мире друзья — мама и бабушка моя» | Март  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 7. | День космонавтики «Детям о космосе» | Апрель  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 8. | 9 мая «Люди, скажем нет войне!» | Май  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |
| 9. | Выпуск детей в школу «До свидания детский сад!» | Май  | Музыкальный руководитель,Воспитатели |

**Конкурсы и выставки**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Сроки | Ответственный  |
| 1. | Выставка   рисунков «Деревья в золото одеты…» | Сентябрь  | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 1. | Конкурс «Времена года» | Октябрь | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 2. | Смотр – конкурс поделок из природного материала «Осенние дары» | Ноябрь | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 3. | Акция «Забота о зимующих птицах» | Ноябрь | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 4. | Смотр-конкурс «Новый год»Оформление групповых помещений | Декабрь | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 5. | Смотр – конкурс «Чудо ёлочка» для детей и родителей | Январь | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 6. | Выставка семейных работ «Весна» | Март | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 7. | Выставка детских работ художественно-продуктивной деятельности «Дорога в космос» | Апрель | Ст.воспитатель,Воспитатели |
| 8. | Выставка рисунков ко дню Победы «Они сражались за Родину». | Май | Ст.воспитатель,Воспитатели |

 **Спортивные развлечения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание  | Сроки  | Ответственный  |
| 1. | Спортивное развлечение «Мы спортсмены»(старшая и подготовительная группа) | Октябрь | Ст.воспитатель,ВоспитателиИнструктор по фк |
| 2. | Эстафета «Соревнуйтесь вместе с нами»(подготовительная группа) | Ноябрь | Ст.воспитатель,ВоспитателиИнструктор по фк |
| 3. | 7 апреля – всемирный день здоровья «Если хочешь быть здоровым — спортом занимайся» | Апрель | Ст.воспитатель,ВоспитателиИнструктор по фк |

**3.4.1. Примерное годовое тематическое планирование**

**Календарно-тематическое планирование**

**Вторая группа раннего возраста**

**(от 1.5 до 2 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Требования к уровню подготовки | Дата |
| Должен знать | Должен уметь | План | Факт |
| 1 | Ходьба по сигналу. Ходьба по ограниченной поверхности, ползание на четвереньках.  | Части тела и лица.  | Ходить по сигналу. Ползать на четвереньках. |  |  |
| 2 | Ходьба в разных направлениях, по ограниченной поверхности. Взаимодействие со сверстниками. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Ходить в разных направлениях. Взаимодействовать со сверстниками. |  |  |
| 3 | Ползание и подлезание. Развитие внимания и умения реагировать на слово. Ходьба и бег в определенном направлении. Развитие внимания. Побуждение к самостоятельности. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Ползать и подлезать. Реагировать на слово. |  |  |
| 4 | Ходьба в прямом направлении, ползание и перелезание через бревно. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Ходить в прямом направлении. Перелезать через бревно. |  |  |
| 5 | Бросание предмета. Ориентирование в пространстве. Бег в разных направлениях. Совместные действия и чувство радости. | Части тела и лица.  | Бросать предмет. Бегать в разных направлениях. |  |  |
| 6 | Ходьба по ограниченной поверхности. Развитие равновесия, укрепление стопы. Ритмичные действия. Уверенность в действиях и самостоятельность. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Ходить по ограниченной поверхности. |  |  |
| 7 | Бросание предмета правой и левой рукой вдаль. Ходьба в прямом направлении, движение в определенном направлении. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Бросать предмет правой и левой рукой вдаль. Ходить в прямом направлении. |  |  |
| 8 | Ползание. Ориентирование в пространстве. Чувство уверенности в своих возможностях и самостоятельные действия. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Ползать. Ориентироваться в пространстве. |  |  |
| 9 | Бросание предмета в цель. Выдерживание направления броска. Удовольствие от выполненного упражнения. Развитие мышц позвоночника и плечевого пояса. Побуждение к самостоятельности. Подражание. | Части тела и лица.  | Бросать предмет. Выдерживать направление броска. |  |  |
| 10 | Отталкивание мяча двумя руками с сохранением направления. Самостоятельный выбор партнера. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Отталкивать мяч двумя руками с сохранением направления. |  |  |
| 11 | Действие по сигналу и самостоятельное действие. Прыжки. Сильное отталкивание от пола.  | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Действовать по сигналу. Прыгать. |  |  |
| 12 | Прыжок на двух ногах с продвижением вперед и бросание предмета правой и левой рукой вдаль. Развитие мышц позвоночника и плечевого пояса. Умение подражать и самостоятельность. Чувство радости от выполненных движений. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Бросать предмет правой и левой рукой вдаль. |  |  |
| 13 | Прыжки на ногах через шнур. Ходьба и бег по кругу с сохранением устойчивого равновесия. | Части тела и лица.  | Прыгать через шнур. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге. |  |  |
| 14 | Ходьба по ограниченной площади. Действие по сигналу. Равновесие и умение согласовывать свои действия. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Действовать по сигналу. Согласовывать свои действия. |  |  |
| 15 | Ходьба по ограниченной площади. Чувство равновесия, ловкость, глазомер. Текст и соответствующие ему движения.  | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Ходить по ограниченной площади. Выполнять движения соответствующие тексту. |  |  |
| 16 | Навыки лазания. Ориентировка в пространстве и бросание мешочков в горизонтальную цель; смелость. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Лазать. Бросать мешочки в горизонтальную цель. |  |  |
| 17 | Развитие крупных мышц туловища, ориентирование в пространстве. Положительные эмоции от игры и общения. | Части тела и лица.  | Ориентироваться в пространстве. |  |  |
| 18 | Подлезание. Разнообразные движения. Ориентирование в пространстве и быстрое реагирование на сигнал. Влезание и слезание с предмета. Воображение и подражание животным. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Ориентирование в пространстве. Быстрое реагирование на сигнал. Влезать и слезать с предмета. |  |  |
| 19 | Навыки катания мяча по прямой и бросание мяча вдаль из-за головы. Умение подражать, внимательность и действие по сигналу. Самостоятельные действия, смелость и чувство радости от совместных действий. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Катать мяч по прямой и бросать из-за головы. |  |  |
| 20 | Навыки катания мяча по прямой и бросание мяча вдаль из-за головы. Умение подражать, внимательность и действие по сигналу. Самостоятельные действия, смелость и чувство радости от совместных действий. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Катание мяча по прямой и бросание мяча из-за головы. Подражать. |  |  |
| 21 | Умение передвигаться по площадке, следуя указаниям. Преодоление робости и действие по сигналу. | Части тела и лица.  | Перемещаться по площадке, следуя указаниям. Действие по сигналу. |  |  |
| 22 | Прыжки в длину с места. Катание мяча друг другу. Чувство равновесия и координация движений. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. Самостоятельность и чувство удовольствия от общения и выполнения движений. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Прыгать в длину с места. Катать мяч друг другу. Выполнять правила игры. |  |  |
| 23 | Прыжки в длину с места. Катание мяча друг другу. Чувство равновесия и координация движений. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. Самостоятельность и чувство удовольствия от общения и выполнения движений. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Прыгать в длину с места. Катать мяч друг другу. Выполнять правила игры. |  |  |
| 24 | Бросок мяча вдаль от груди. Прыжки. Согласование действий друг с другом. Действие по сигналу. Развитие ловкости. Положительные эмоции от совершаемых действий. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Бросать мяч вдаль от груди. Прыгать. Согласовывать действия друг с другом. |  |  |
| 25 | Прыжки в длину с места. Метание предмета вдаль правой и левой рукой, переступание через препятствия. Реагирование на сигнал, действие по сигналу. Взаимодействие с другими детьми. Уверенность в своих возможностях. Самостоятельные действия. | Части тела и лица.  | Прыгать в длину с места. Метать предмет вдаль. |  |  |
| 26 | Прыжки в длину с места. Метание предмета вдаль правой и левой рукой, переступание через препятствия. Реагирование на сигнал, действие по сигналу. Взаимодействие с другими детьми. Уверенность в своих возможностях. Самостоятельные действия. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Прыгать в длину с места. Метать предмет вдаль. |  |  |
| 27 | Ползание на четвереньках, переступание через препятствие, катание мяча двумя руками сидя, бег в одном направлении и ходьба на носочках. Действия соответствующие словам взрослого и удовольствие от совместных действий. Поощрение самостоятельности. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Ползать на четвереньках. Переступать через препятствие. Катать мяч двумя руками сидя. |  |  |
| 28 | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба по наклонной доске. Катание мяча двумя руками сидя. Умение сдерживать себя. Повышение двигательной активности, развитие ловкости. Положительные эмоции от совершаемых действий. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Ходить по кругу, взявшись за руки. Ходить по наклонной доске. Катать мяч двумя руками сидя. |  |  |
| 29 | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба по наклонной доске. Катание мяча двумя руками сидя. Умение сдерживать себя. Повышение двигательной активности, развитие ловкости. Положительные эмоции от совершаемых действий. | Части тела и лица.  | Ходить по кругу, взявшись за руки. Ходить по наклонной доске. Катать мяч двумя руками сидя. |  |  |
| 30 | Бег в сочетании с движением рук. Катание мяча, ползание на четвереньках и подпрыгивание. Внимание и выдержка. Повышение двигательной активности и положительные эмоции о совместных действий. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Бегать в сочетании с движением рук. Катание мяча. |  |  |
| 31 | Метание предмета в горизонтальную цель, прыжок в длину с места. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в определенном направлении, ориентирование в пространстве. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Метать предмет в горизонтальную цель. Прыгать в длину с места. Бегать в определенном направлении. |  |  |
| 32 | Метание предмета в горизонтальную цель, прыжок в длину с места. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в определенном направлении, ориентирование в пространстве. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Метать предмет в горизонтальную цель. Прыгать в длину с места. Бегать в определенном направлении. |  |  |
| 33 | Организованное перемещение в одном направлении, подлезание под рейку. Прыжок в длину с места на двух ногах. Ползание. Ловкость и координация движений. | Части тела и лица.  | Перемещаться в одном направлении. Подлезать под рейку. |  |  |
| 34 | Прыжок в длину с места на двух ногах, ходьба по гимнастической скамейке, катание мячей под дугу. Сохранение равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Ловкость, глазомер и чувство равновесия. Сигнал и реагирование на него. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Прыгать в длину с места на двух ногах. Ходить по гимнастической скамейке. Катать мяч друг другу. |  |  |
| 35 | Прыжок в длину с места на двух ногах, ходьба по гимнастической скамейке, катание мячей под дугу. Сохранение равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Ловкость, глазомер и чувство равновесия. Сигнал и реагирование на него. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Прыгать в длину с места на двух ногах. Ходить по гимнастической скамейке. Катать мяч друг другу. |  |  |
| 36 | Сохранение и изменение направления во время ходьбы в зависимости от сложившейся ситуации. Внимание и выдержка. Положительные эмоции от совместных действий. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Сохранять и изменять направление во время ходьбы в зависимости от сложившейся ситуации. |  |  |
| 37 | Прокатывание мяча двумя руками. Прыжки на месте вверх. Ходьба по гимнастической скамейке. Внимание в подвижной игре. | Части тела и лица.  | Прокатывать мяч двумя руками. Прыгать на месте вверх. |  |  |
| 38 | Прокатывание мяча двумя руками. Прыжки на месте вверх. Ходьба по гимнастической скамейке. Внимание в подвижной игре. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Прокатывать мяч двумя руками. Прыгать на месте вверх. |  |  |
| 39 | Профилактика плоскостопия. Формирование правильных навыков выполнения основных видов движений. Интерес к двигательной деятельности. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Ходить на пятках и носках. Выполнять простейшие упражнения для профилактики плоскостопия. |  |  |
| 40 | Подлезание под дугу. Прыжки вверх на месте и в ходьбе по скамейке. Ловкость в подвижной игре. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Подлезать под дугу. Прыгать вверх. |  |  |
| 41 | Подлезание под дугу. Прыжки вверх на месте и в ходьбе по скамейке. Ловкость в подвижной игре. | Части тела и лица.  | Подлезать под дугу. Прыгать вверх. |  |  |
| 42 | Выполнение построения. Быстрота. Профилактика простудных заболеваний посредством выполнения дыхательных упражнений. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Выполнять построение. Выполнять дыхательные упражнения. |  |  |
| 43 | Бросание мяча двумя руками об пол и ловле его двумя руками. Подлезание под дугу и ходьбе по гимнастической скамейке. Воображение в подвижной игре. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его. Подлезать под дугу. |  |  |
| 44 | Бросание мяча двумя руками об пол и ловле его двумя руками. Подлезание под дугу и ходьбе по гимнастической скамейке. Воображение в подвижной игре. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его. Подлезать под дугу. |  |  |
| 45 | Профилактика ОРВИ посредством выполнения дыхательной гимнастики. Упражнения по профилактике плоскостопия. Соблюдение указанного направления во время ходьбы и бега. | Части тела и лица.  | Соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега. |  |  |
| 46 | Спрыгивание с высоты. Подлезание под несколько подряд расположенных дуг и бросание мяча двумя руками об пол и ловля его. Воображение в подвижной игре. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Спрыгивать с высоты. Подлезать под несколько подряд расположенных дуг. |  |  |
| 47 | Спрыгивание с высоты. Подлезание под несколько подряд расположенных дуг и бросание мяча двумя руками об пол и ловля его. Воображение в подвижной игре. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Спрыгивать с высоты. Подлезать под несколько подряд расположенных дуг. |  |  |
| 48 | Профилактика ОРВИ посредством выполнения дыхательной гимнастики. Быстрота и ловкость. Дружеские отношения друг к другу. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Выполнять дыхательную гимнастику. |  |  |
| 49 | Ползание по доске с опорой на ладони и колени. Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его двумя руками. Ходьба с выполнением заданий. Устойчивое равновесие в прыжках. Ловкость. | Части тела и лица.  | Ползать по доске с опорой о ладони и колени. Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его двумя руками. |  |  |
| 50 | Ползание по доске с опорой на ладони и колени. Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его двумя руками. Ходьба с выполнением заданий. Устойчивое равновесие в прыжках. Ловкость. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Ползать по доске с опорой о ладони и колени. Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его двумя руками. |  |  |
| 51 | Развлечение на улице совместно с родителями методом круговой тренировки. Двигательная активность и физическое совершенствование. Коллективные действия. Внимание, ориентация в пространстве, быстрота и ловкость. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Ориентироваться в пространстве. Реагировать на сигнал и слово. |  |  |
| 52 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Ловкость и глазомер. Сохранение равновесия на ограниченной площади опоры. Внимание. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 53 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Ловкость и глазомер. Сохранение равновесия на ограниченной площади опоры. Внимание. | Части тела и лица.  | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 54 | Открытое занятие совместно с родителями. Создание атмосферы радости и эмоционального благополучия. Интерес к занятиям физической культурой. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Реагировать на сигнал и слово. Двигаться в указанном направлении. |  |  |
| 55 | Катание мяча друг другу. Подлезание под дугу не касаясь руками пола. Сохранение устойчивого равновесия при ползании на четвереньках по уменьшенной площади опоры. Ловкость. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Катать мяч друг другу. Подлезать под дугу не касаясь руками пола. |  |  |
| 56 | Катание мяча друг другу. Подлезание под дугу не касаясь руками пола. Сохранение устойчивого равновесия при ползании на четвереньках по уменьшенной площади опоры. Ловкость. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Катать мяч друг другу. Подлезать под дугу не касаясь руками пола. |  |  |
| 57 | Действие по сигналу воспитателя. Ловкость. Дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь. | Части тела и лица.  | Действовать по сигналу. |  |  |
| 58 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами. Катание мяча друг другу и ползание на четвереньках. Ловкость. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед между предметами. |  |  |
| 59 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами. Катание мяча друг другу и ползание на четвереньках. Ловкость. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед между предметами. |  |  |
| 60 | Радостный эмоциональный настрой. Физические качества. Ловкость. Ползание и чувство равновесия. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Ползать и сохранять равновесие. |  |  |
| 61 | Ходьба переменным шагом. Ходьба и бег вокруг предметов и в прыжках с продвижением вперед. Координация движений. | Части тела и лица.  | Ходить переменным шагом. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 62 | Ходьба переменным шагом. Ходьба и бег вокруг предметов и в прыжках с продвижением вперед. Координация движений. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Ходить переменным шагом. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 63 | Реагирование на сигнал и ходьба мелкими шагами. Бег. Чувство равновесия и координация движений. Дружеские отношения детей друг с другом. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Реагировать на сигнал и ходить мелкими шагами. |  |  |
| 64 | Бросание мяча через шнур. Ходьба переменным шагом. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. Координация движений, ловкость, глазомер. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Бросать мяч через шнур. Подлезать под шнур не касаясь руками пола. |  |  |
| 65 | Бросание мяча через шнур. Ходьба переменным шагом. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. Координация движений, ловкость, глазомер. | Части тела и лица.  | Бросать мяч через шнур. Подлезать под шнур не касаясь руками пола. |  |  |
| 66 | Обогащение двигательного опыта детей. Потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Развитие физических качеств. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Ходить и бегать в определенном направлении. Действовать по сигналу. |  |  |
| 67 | Подлезание под веревку (35-40 см). Ходьба и бег с выполнением заданий. Ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | Распознавать форму предмета с помощью взрослого. | Прыгать с высоты и мягко приземляться. Ходить и бегать с выполнением заданий. |  |  |
| 68 | Катание мяча по скату с взрослым. Ходьба и бег с выполнением заданий. Ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | Понимает слова обозначающие способы передвижения человека. | Прыгать с высоты и мягко приземляться. Ходить и бегать с выполнением заданий. |  |  |
| 69 | Интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие. Внимание. Развитие физических качеств. | Части тела и лица.  | Реагировать на сигнал. Ходить и бегать в определенном направлении. |  |  |
| 70 | Умение группироваться при подлезании под дугу. Упражнение в равновесии. Координация движений. Ловкость. | Распознавать цвета с помощью взрослого. | Группироваться при подлезании под дугу. |  |  |

**Вторая группа раннего возраста**

**(от 2 до 3 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Требования к уровню подготовки | Дата |
| Должен знать | Должен уметь | План | Факт |
| 1 | Ходьба по сигналу. Ходьба по ограниченной поверхности, ползание на четвереньках.  | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по сигналу. Ползать на четвереньках. |  |  |
| 2 | Ходьба в разных направлениях, по ограниченной поверхности. Взаимодействие со сверстниками. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить в разных направлениях. Взаимодействовать со сверстниками. |  |  |
| 3 | Ползание и подлезание. Развитие внимания и умения реагировать на слово. Ходьба и бег в определенном направлении. Развитие внимания. Побуждение к самостоятельности. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать и подлезать. Реагировать на слово. |  |  |
| 4 | Ходьба в прямом направлении, ползание и перелезание через бревно. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить в прямом направлении. Перелезать через бревно. |  |  |
| 5 | Бросание предмета. Ориентирование в пространстве. Бег в разных направлениях. Совместные действия и чувство радости. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать предмет. Бегать в разных направлениях. |  |  |
| 6 | Ходьба по ограниченной поверхности. Развитие равновесия, укрепление стопы. Ритмичные действия. Уверенность в действиях и самостоятельность. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по ограниченной поверхности. |  |  |
| 7 | Бросание предмета правой и левой рукой вдаль. Ходьба в прямом направлении, движение в определенном направлении. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать предмет правой и левой рукой вдаль. Ходить в прямом направлении. |  |  |
| 8 | Ползание. Ориентирование в пространстве. Чувство уверенности в своих возможностях и самостоятельные действия. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать. Ориентироваться в пространстве. |  |  |
| 9 | Бросание предмета в цель. Выдерживание направления броска. Удовольствие от выполненного упражнения. Развитие мышц позвоночника и плечевого пояса. Побуждение к самостоятельности. Подражание. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать предмет. Выдерживать направление броска. |  |  |
| 10 | Отталкивание мяча двумя руками с сохранением направления. Самостоятельный выбор партнера. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Отталкивать мяч двумя руками с сохранением направления. |  |  |
| 11 | Действие по сигналу и самостоятельное действие. Прыжки. Сильное отталкивание от пола.  | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Действовать по сигналу. Прыгать. |  |  |
| 12 | Прыжок на двух ногах с продвижением вперед и бросание предмета правой и левой рукой вдаль. Развитие мышц позвоночника и плечевого пояса. Умение подражать и самостоятельность. Чувство радости от выполненных движений. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Бросать предмет правой и левой рукой вдаль. |  |  |
| 13 | Прыжки на ногах через шнур. Ходьба и бег по кругу с сохранением устойчивого равновесия. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать через шнур. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге. |  |  |
| 14 | Ходьба по ограниченной площади. Действие по сигналу. Равновесие и умение согласовывать свои действия. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Действовать по сигналу. Согласовывать свои действия. |  |  |
| 15 | Ходьба по ограниченной площади. Чувство равновесия, ловкость, глазомер. Текст и соответствующие ему движения.  | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по ограниченной площади. Выполнять движения соответствующие тексту. |  |  |
| 16 | Навыки лазания. Ориентировка в пространстве и бросание мешочков в горизонтальную цель; смелость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Лазать. Бросать мешочки в горизонтальную цель. |  |  |
| 17 | Развитие крупных мышц туловища, ориентирование в пространстве. Положительные эмоции от игры и общения. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ориентироваться в пространстве. |  |  |
| 18 | Подлезание. Разнообразные движения. Ориентирование в пространстве и быстрое реагирование на сигнал. Влезание и слезание с предмета. Воображение и подражание животным. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ориентирование в пространстве. Быстрое реагирование на сигнал. Влезать и слезать с предмета. |  |  |
| 19 | Навыки катания мяча по прямой и бросание мяча вдаль из-за головы. Умение подражать, внимательность и действие по сигналу. Самостоятельные действия, смелость и чувство радости от совместных действий. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Катать мяч по прямой и бросать из-за головы. |  |  |
| 20 | Навыки катания мяча по прямой и бросание мяча вдаль из-за головы. Умение подражать, внимательность и действие по сигналу. Самостоятельные действия, смелость и чувство радости от совместных действий. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Катание мяча по прямой и бросание мяча из-за головы. Подражать. |  |  |
| 21 | Умение передвигаться по площадке, следуя указаниям. Преодоление робости и действие по сигналу. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Перемещаться по площадке, следуя указаниям. Действие по сигналу. |  |  |
| 22 | Прыжки в длину с места. Катание мяча друг другу. Чувство равновесия и координация движений. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. Самостоятельность и чувство удовольствия от общения и выполнения движений. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места. Катать мяч друг другу. Выполнять правила игры. |  |  |
| 23 | Прыжки в длину с места. Катание мяча друг другу. Чувство равновесия и координация движений. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. Самостоятельность и чувство удовольствия от общения и выполнения движений. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места. Катать мяч друг другу. Выполнять правила игры. |  |  |
| 24 | Бросок мяча вдаль от груди. Прыжки. Согласование действий друг с другом. Действие по сигналу. Развитие ловкости. Положительные эмоции от совершаемых действий. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать мяч вдаль от груди. Прыгать. Согласовывать действия друг с другом. |  |  |
| 25 | Прыжки в длину с места. Метание предмета вдаль правой и левой рукой, переступание через препятствия. Реагирование на сигнал, действие по сигналу. Взаимодействие с другими детьми. Уверенность в своих возможностях. Самостоятельные действия. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места. Метать предмет вдаль. |  |  |
| 26 | Прыжки в длину с места. Метание предмета вдаль правой и левой рукой, переступание через препятствия. Реагирование на сигнал, действие по сигналу. Взаимодействие с другими детьми. Уверенность в своих возможностях. Самостоятельные действия. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места. Метать предмет вдаль. |  |  |
| 27 | Ползание на четвереньках, переступание через препятствие, катание мяча двумя руками сидя, бег в одном направлении и ходьба на носочках. Действия соответствующие словам взрослого и удовольствие от совместных действий. Поощрение самостоятельности. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать на четвереньках. Переступать через препятствие. Катать мяч двумя руками сидя. |  |  |
| 28 | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба по наклонной доске. Катание мяча двумя руками сидя. Умение сдерживать себя. Повышение двигательной активности, развитие ловкости. Положительные эмоции от совершаемых действий. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по кругу, взявшись за руки. Ходить по наклонной доске. Катать мяч двумя руками сидя. |  |  |
| 29 | Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба по наклонной доске. Катание мяча двумя руками сидя. Умение сдерживать себя. Повышение двигательной активности, развитие ловкости. Положительные эмоции от совершаемых действий. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по кругу, взявшись за руки. Ходить по наклонной доске. Катать мяч двумя руками сидя. |  |  |
| 30 | Бег в сочетании с движением рук. Катание мяча, ползание на четвереньках и подпрыгивание. Внимание и выдержка. Повышение двигательной активности и положительные эмоции о совместных действий. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бегать в сочетании с движением рук. Катание мяча. |  |  |
| 31 | Метание предмета в горизонтальную цель, прыжок в длину с места. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в определенном направлении, ориентирование в пространстве. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Метать предмет в горизонтальную цель. Прыгать в длину с места. Бегать в определенном направлении. |  |  |
| 32 | Метание предмета в горизонтальную цель, прыжок в длину с места. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в определенном направлении, ориентирование в пространстве. Обогащение двигательного опыта. Выполнение элементарных правил игры. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Метать предмет в горизонтальную цель. Прыгать в длину с места. Бегать в определенном направлении. |  |  |
| 33 | Организованное перемещение в одном направлении, подлезание под рейку. Прыжок в длину с места на двух ногах. Ползание. Ловкость и координация движений. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Перемещаться в одном направлении. Подлезать под рейку. |  |  |
| 34 | Прыжок в длину с места на двух ногах, ходьба по гимнастической скамейке, катание мячей под дугу. Сохранение равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Ловкость, глазомер и чувство равновесия. Сигнал и реагирование на него. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места на двух ногах. Ходить по гимнастической скамейке. Катать мяч друг другу. |  |  |
| 35 | Прыжок в длину с места на двух ногах, ходьба по гимнастической скамейке, катание мячей под дугу. Сохранение равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Ловкость, глазомер и чувство равновесия. Сигнал и реагирование на него. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места на двух ногах. Ходить по гимнастической скамейке. Катать мяч друг другу. |  |  |
| 36 | Сохранение и изменение направления во время ходьбы в зависимости от сложившейся ситуации. Внимание и выдержка. Положительные эмоции от совместных действий. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Сохранять и изменять направление во время ходьбы в зависимости от сложившейся ситуации. |  |  |
| 37 | Прокатывание мяча двумя руками. Прыжки на месте вверх. Ходьба по гимнастической скамейке. Внимание в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прокатывать мяч двумя руками. Прыгать на месте вверх. |  |  |
| 38 | Прокатывание мяча двумя руками. Прыжки на месте вверх. Ходьба по гимнастической скамейке. Внимание в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прокатывать мяч двумя руками. Прыгать на месте вверх. |  |  |
| 39 | Профилактика плоскостопия. Формирование правильных навыков выполнения основных видов движений. Интерес к двигательной деятельности. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить на пятках и носках. Выполнять простейшие упражнения для профилактики плоскостопия. |  |  |
| 40 | Подлезание под дугу. Прыжки вверх на месте и в ходьбе по скамейке. Ловкость в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Подлезать под дугу. Прыгать вверх. |  |  |
| 41 | Подлезание под дугу. Прыжки вверх на месте и в ходьбе по скамейке. Ловкость в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Подлезать под дугу. Прыгать вверх. |  |  |
| 42 | Выполнение построения. Быстрота. Профилактика простудных заболеваний посредством выполнения дыхательных упражнений. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Выполнять построение. Выполнять дыхательные упражнения. |  |  |
| 43 | Бросание мяча двумя руками об пол и ловле его двумя руками. Подлезание под дугу и ходьбе по гимнастической скамейке. Воображение в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его. Подлезать под дугу. |  |  |
| 44 | Бросание мяча двумя руками об пол и ловле его двумя руками. Подлезание под дугу и ходьбе по гимнастической скамейке. Воображение в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его. Подлезать под дугу. |  |  |
| 45 | Профилактика ОРВИ посредством выполнения дыхательной гимнастики. Упражнения по профилактике плоскостопия. Соблюдение указанного направления во время ходьбы и бега. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега. |  |  |
| 46 | Спрыгивание с высоты. Подлезание под несколько подряд расположенных дуг и бросание мяча двумя руками об пол и ловля его. Воображение в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Спрыгивать с высоты. Подлезать под несколько подряд расположенных дуг. |  |  |
| 47 | Спрыгивание с высоты. Подлезание под несколько подряд расположенных дуг и бросание мяча двумя руками об пол и ловля его. Воображение в подвижной игре. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Спрыгивать с высоты. Подлезать под несколько подряд расположенных дуг. |  |  |
| 48 | Профилактика ОРВИ посредством выполнения дыхательной гимнастики. Быстрота и ловкость. Дружеские отношения друг к другу. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Выполнять дыхательную гимнастику. |  |  |
| 49 | Ползание по доске с опорой на ладони и колени. Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его двумя руками. Ходьба с выполнением заданий. Устойчивое равновесие в прыжках. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать по доске с опорой о ладони и колени. Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его двумя руками. |  |  |
| 50 | Ползание по доске с опорой на ладони и колени. Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его двумя руками. Ходьба с выполнением заданий. Устойчивое равновесие в прыжках. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать по доске с опорой о ладони и колени. Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его двумя руками. |  |  |
| 51 | Развлечение на улице совместно с родителями методом круговой тренировки. Двигательная активность и физическое совершенствование. Коллективные действия. Внимание, ориентация в пространстве, быстрота и ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ориентироваться в пространстве. Реагировать на сигнал и слово. |  |  |
| 52 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Ловкость и глазомер. Сохранение равновесия на ограниченной площади опоры. Внимание. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 53 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Ловкость и глазомер. Сохранение равновесия на ограниченной площади опоры. Внимание. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 54 | Открытое занятие совместно с родителями. Создание атмосферы радости и эмоционального благополучия. Интерес к занятиям физической культурой. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Реагировать на сигнал и слово. Двигаться в указанном направлении. |  |  |
| 55 | Катание мяча друг другу. Подлезание под дугу не касаясь руками пола. Сохранение устойчивого равновесия при ползании на четвереньках по уменьшенной площади опоры. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Катать мяч друг другу. Подлезать под дугу не касаясь руками пола. |  |  |
| 56 | Катание мяча друг другу. Подлезание под дугу не касаясь руками пола. Сохранение устойчивого равновесия при ползании на четвереньках по уменьшенной площади опоры. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Катать мяч друг другу. Подлезать под дугу не касаясь руками пола. |  |  |
| 57 | Действие по сигналу воспитателя. Ловкость. Дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Действовать по сигналу. |  |  |
| 58 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами. Катание мяча друг другу и ползание на четвереньках. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед между предметами. |  |  |
| 59 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами. Катание мяча друг другу и ползание на четвереньках. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед между предметами. |  |  |
| 60 | Радостный эмоциональный настрой. Физические качества. Ловкость. Ползание и чувство равновесия. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать и сохранять равновесие. |  |  |
| 61 | Ходьба переменным шагом. Ходьба и бег вокруг предметов и в прыжках с продвижением вперед. Координация движений. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить переменным шагом. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 62 | Ходьба переменным шагом. Ходьба и бег вокруг предметов и в прыжках с продвижением вперед. Координация движений. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить переменным шагом. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 63 | Реагирование на сигнал и ходьба мелкими шагами. Бег. Чувство равновесия и координация движений. Дружеские отношения детей друг с другом. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Реагировать на сигнал и ходить мелкими шагами. |  |  |
| 64 | Бросание мяча через шнур. Ходьба переменным шагом. Подлезание под шнур не касаясь руками пола. Координация движений, ловкость, глазомер. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать мяч через шнур. Подлезать под шнур не касаясь руками пола. |  |  |
| 65 | Бросание мяча через шнур. Ходьба переменным шагом. Подлезание под шнур не касаясь руками пола. Координация движений, ловкость, глазомер. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать мяч через шнур. Подлезать под шнур не касаясь руками пола. |  |  |
| 66 | Обогащение двигательного опыта детей. Потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Развитие физических качеств. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить и бегать в определенном направлении. Действовать по сигналу. |  |  |
| 67 | Прыжки с высоты (30 – 35 см) и мягкое приземление на полусогнутые ноги. Ходьба и бег с выполнением заданий. Ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать с высоты и мягко приземляться. Ходить и бегать с выполнением заданий. |  |  |
| 68 | Прыжки с высоты (30 – 35 см) и мягкое приземление на полусогнутые ноги. Ходьба и бег с выполнением заданий. Ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать с высоты и мягко приземляться. Ходить и бегать с выполнением заданий. |  |  |
| 69 | Интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие. Внимание. Развитие физических качеств. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Реагировать на сигнал. Ходить и бегать в определенном направлении. |  |  |
| 70 | Умение группироваться при подлезании под дугу. Упражнение в равновесии. Координация движений. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Группироваться при подлезании под дугу. |  |  |
| 71 | Умение группироваться при подлезании под дугу. Упражнение в равновесии. Координация движений. Ловкость. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Группироваться при подлезании под дугу. |  |  |
| 72 | Отображение некоторых игровых действий и имитация действий персонажей. Передача несложных эмоциональных состояний персонажей. Согласование действий с другими детьми. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Отображать некоторые игровые действия и имитировать действия персонажей. |  |  |
| 73 | Устойчивое равновесие при ходьбе по кирпичикам. Ходьба по ограниченной площади опоры и прыжки между предметами. Перестроение в круг. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по ограниченной площади опоры и прыгать между предметами. |  |  |
| 74 | Устойчивое равновесие при ходьбе по кирпичикам. Ходьба по ограниченной площади опоры и прыжки между предметами. Перестроение в круг. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по ограниченной площади опоры и прыгать между предметами. |  |  |
| 75 | Профилактика ЛОР-заболеваний при выполнении дыхательных упражнений. Ловкость в подвижных играх. Интерес к двигательной деятельности. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Выполнять правила игры. |  |  |
| 76 | Прыжки в длину с места. Ползание по наклонной доске на четвереньках и ходьба по кирпичикам. Ловкость при прокатывании мяча. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места. Ползать по наклонной доске на четвереньках и ходить по кирпичикам. |  |  |
| 77 | Прыжки в длину с места. Ползание по наклонной доске на четвереньках и ходьба по кирпичикам. Ловкость при прокатывании мяча. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать в длину с места. Ползать по наклонной доске на четвереньках и ходить по кирпичикам. |  |  |
| 78 | Профилактика простудных заболеваний с помощью дыхательных упражнений. Ловкость в подвижных играх. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Выполнять правила игры. |  |  |
| 79 | Бросание большого мяча через веревку двумя руками из-за головы. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре. Действие по сигналу. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать большой мяч через веревку двумя руками из-за головы. Бросать мяч об пол и ловить его руками. |  |  |
| 80 | Бросание большого мяча через веревку двумя руками из-за головы. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре. Действие по сигналу. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать большой мяч через веревку двумя руками из-за головы. Бросать мяч об пол и ловить его руками. |  |  |
| 81 | Профилактика плоскостопия. Соблюдение указанного направления во время ходьбы и бега. Развитие умения играть дружно. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Соблюдать указанное направление ходьбы и бега. |  |  |
| 82 | Прыжки вверх на месте. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре и в ползании. Развитие координации движений в ходьбе и беге между предметами. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать вверх на месте. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге между предметами. |  |  |
| 83 | Прыжки вверх на месте. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре и в ползании. Развитие координации движений в ходьбе и беге между предметами. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать вверх на месте. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге между предметами. |  |  |
| 84 | Мелкая моторика в процессе выполнения пальчиковой гимнастики и профилактика простудных заболеваний в процессе выполнения дыхательных упражнений. Быстрота и ловкость. Доброжелательное и дружеское отношение друг к другу. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Выполнять действие по сигналу и слову. |  |  |
| 85 | Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Бросание мяча из-за головы. Ходьба и бег вокруг предметов. Прыжок через шнур. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать мяч из-за головы. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 86 | Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Бросание мяча из-за головы. Ходьба и бег вокруг предметов. Прыжок через шнур. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Бросать мяч из-за головы. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 87 | Профилактика плоскостопия в процессе выполнения ходьбы по ребристым дорожкам. Развитие умения играть дружно. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить по ребристым дорожкам. Соблюдать правила игры. |  |  |
| 88 | Ходьба и бег с одновременным выполнением заданий. Приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Ловкость при выполнении упражнений с мячом. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить и бегать с одновременным выполнением заданий. Приземляться на полусогнутые ноги. |  |  |
| 89 | Ходьба и бег с одновременным выполнением заданий. Приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Ловкость при выполнении упражнений с мячом. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить и бегать с одновременным выполнением заданий. Приземляться на полусогнутые ноги. |  |  |
| 90 | Сохранение устойчивого равновесия в прыжках. Развитие умения играть дружно. Профилактика плоскостопия в процессе выполнения ходьбы по ребристым дорожкам. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Сохранять устойчивое положение в прыжках. |  |  |
| 91 | Ползание на ладонях и ступнях. Сохранение равновесия. Ловкость и глазомер при выполнении упражнений с мячом. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать на ладонях и ступнях. Сохранять равновесие. |  |  |
| 92 | Ползание на ладонях и ступнях. Сохранение равновесия. Ловкость и глазомер при выполнении упражнений с мячом. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ползать на ладонях и ступнях. Сохранять равновесие. |  |  |
| 93 | Выполнение команд по сигналу. Ловкость и глазомер. Ползание по прямой. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Выполнять команды по сигналу. Ползать по прямой. |  |  |
| 94 | Ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя. Устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Ползание между предметами на четвереньках. Прыжки. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить и бегать с остановкой по сигналу. Ползать между предметами на четвереньках. |  |  |
| 95 | Ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя. Устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Ползание между предметами на четвереньках. Прыжки. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить и бегать с остановкой по сигналу. Ползать между предметами на четвереньках. |  |  |
| 96 | Лазание под шнур и прокатывание мяча в парах. Устойчивое равновесие во время ходьбы по уменьшенной площади опоры. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Лазать под шнур и прокатывать мяч в парах. |  |  |
| 97 | Ходьба и бег врассыпную. Равновесие и прыжки. Бросание и ловля мяча. Равновесие и ориентировка в пространстве. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить и бегать врассыпную. Прыгать с сохранением равновесия. |  |  |
| 98 | Ходьба и бег врассыпную. Равновесие и прыжки. Бросание и ловля мяча. Равновесие и ориентировка в пространстве. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить и бегать врассыпную. Прыгать с сохранением равновесия. |  |  |
| 99 | Реагирование на сигнал. Ходьба мелкими шагами, бег. Равновесие и координация движений. Дружеские отношения детей друг с другом.  | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Реагировать на сигнал. Ходить мелкими шагами. |  |  |
| 100 | Прыжки через веревку. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги и в прокатывание мяча друг другу. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать через веревку. Прыгать со скамейки на полусогнутые ноги. Прокатывать мяч друг другу. |  |  |
| 101 | Прыжки через веревку. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги и в прокатывание мяча друг другу. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Прыгать через веревку. Прыгать со скамейки на полусогнутые ноги. Прокатывать мяч друг другу. |  |  |
| 102 | Потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Ходьба в разных направлениях. Ориентирование. Дружеские отношения детей друг с другом. Выносливость и координация. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Ходить в разных направлениях. Ориентироваться. |  |  |
| 103 | Лазание по гимнастической стенке. Прыжки через веревку. Бросание мяча вверх и ловля. Ползание по гимнастической скамейке. Мелкая моторика в процессе выполнения пальчиковой гимнастики. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Лазать по гимнастической стенке. Прыгать через веревку. Бросать мяч вверх и ловить. |  |  |
| 104 | Лазание по гимнастической стенке. Прыжки через веревку. Бросание мяча вверх и ловля. Ползание по гимнастической скамейке. Мелкая моторика в процессе выполнения пальчиковой гимнастики. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Лазать по гимнастической стенке. Прыгать через веревку. Бросать мяч вверх и ловить. |  |  |
| 105 | Использование знакомых движений в предлагаемых игровых ситуациях. Эмоционально-положительное отношение и интерес к выполнению движений. Развитие физических качеств. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Выполнять правила игры. |  |  |
| 106 | Лазанье по гимнастической стенке. Ходьба и бег по сигналу. Лазание по наклонной лесенке. Равновесие. Ловкость при выполнении лазания. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Лазать по гимнастической стенке. Ходить и бегать по сигналу. |  |  |
| 107 | Лазанье по гимнастической стенке. Ходьба и бег по сигналу. Лазание по наклонной лесенке. Равновесие. Ловкость при выполнении лазания. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Лазать по гимнастической стенке. Ходить и бегать по сигналу. |  |  |
| 108 | Отражение некоторых игровых действий и имитация движений персонажа. Передача несложных эмоциональных состояний персонажей. Согласование действий с другими детьми. | О значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека | Передавать несложные эмоциональные переживания персонажа. Выполнять правила игры. |  |  |

**Младшая группа**

**(от 3 до 4 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Требования к уровню подготовки | Дата |
| Должен знать | Должен уметь | План | Факт |
| 1 | Ходьба по извилистой дорожке. Прыжки «Пружинка». Внимание, чувство равновесия. Дружеские отношения. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ходить по извилистой дорожке. Прыгать. |  |  |
| 2 | Ходьба по извилистой дорожке. Прыжки «Пружинка». Внимание, чувство равновесия. Дружеские отношения. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ходить по извилистой дорожке. Прыгать. |  |  |
| 3 | Правильное выполнение основных видов движений. Пропорциональное развитие всех мышечных групп. Поддержание интереса к двигательной деятельности. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Правильно выполнять основные виды движений.  |  |  |
| 4 | Ползание на четвереньках. Ходьба по извилистой дорожке. Координация и потребность в двигательной активности. Выполнение построения. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Ползать на четвереньках. Ходить по извилистой дорожке. Выполнять построение. |  |  |
| 5 | Ползание на четвереньках. Ходьба по извилистой дорожке. Координация и потребность в двигательной активности. Выполнение построения. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Ползать на четвереньках. Ходить по извилистой дорожке. Выполнять построение. |  |  |
| 6 | Становление и обогащение двигательного опыта. Выполнение построения. Быстрота. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Выполнять построение. |  |  |
| 7 | Катание мяча друг другу. Ползание на четвереньках. Внимание, прыжки на двух ногах, выполнение построения. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Катать мяч друг другу. Ползать на четвереньках. Прыгать на двух ногах. |  |  |
| 8 | Катание мяча друг другу. Ползание на четвереньках. Внимание, прыжки на двух ногах, выполнение построения. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Катать мяч друг другу. Ползать на четвереньках. Прыгать на двух ногах. |  |  |
| 9 | Катание мяча двумя руками, прыжки на двух ногах. Сохранение направления во время ходьбы и бега. Бег в различных направлениях. Внимание. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Катать мяч двумя руками. Прыгать на двух ногах. Сохранять направление во время ходьбы и бега.  |  |  |
| 10 | Прыжки на месте и ползание на четвереньках, подползание под веревку. Катание мяча друг другу. Ориентирование в пространстве и бег в определенном направлении. Гармоничное развитие детей. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Прыгать на месте и ползать на четвереньках. Подползать под веревку. Катать мяч друг другу. Ориентироваться в пространстве. |  |  |
| 11 | Прыжки на месте и ползание на четвереньках, подползание под веревку. Катание мяча друг другу. Ориентирование в пространстве и бег в определенном направлении. Гармоничное развитие детей. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Прыгать на месте и ползать на четвереньках. Подползать под веревку. Катать мяч друг другу. Ориентироваться в пространстве. |  |  |
| 12 | Построение в круг и нахождение пары, коллективные действия. Быстрота реакции, внимание. Бег в разных направлениях. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Выполнять построение в круг и находить пару. Бегать в разных направлениях. |  |  |
| 13 | Ходьба с перешагивание через предметы. Прыжки на двух ногах на месте. Гармоничное физическое развитие детей. Быстрота. Согласование своих действий с движениями других. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ходить с перешагиванием через предметы. Прыгать на двух ногах на месте. Согласовывать свои действия с другими. |  |  |
| 14 | Ходьба с перешагивание через предметы. Прыжки на двух ногах на месте. Гармоничное физическое развитие детей. Быстрота. Согласование своих действий с движениями других. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ходить с перешагиванием через предметы. Прыгать на двух ногах на месте. Согласовывать свои действия с другими. |  |  |
| 15 | Коллективные действия, внимание, ориентация в пространстве, быстрота, ловкость. Прыжки вперед и назад. Потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.  | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Ориентироваться в пространстве. Прыгать вперед и назад. |  |  |
| 16 | Ползание на четвереньках за катящимся предметом. Прыжки на двух ногах на месте с поворотом. Ловкость и умения заканчивать упражнение одновременно, соблюдение темпа. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Ползать на четвереньках за катящимся предметом. Прыгать на двух ногах на месте с поворотом. Соблюдать темп. |  |  |
| 17 | Ползание на четвереньках за катящимся предметом. Прыжки на двух ногах на месте с поворотом. Ловкость и умения заканчивать упражнение одновременно, соблюдение темпа. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Ползать на четвереньках за катящимся предметом. Прыгать на двух ногах на месте с поворотом. Соблюдать темп. |  |  |
| 18 | Бег в разных направлениях. Быстрота реакции. Начальное представление о здоровом образе жизни. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Бегать в разных направлениях. |  |  |
| 19 | Прокатывание мяча между предметами. Ползание на четвереньках за катящимся предметом. Равновесие и воображение. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Прокатывать мяч между предметами. Ползать на четвереньках за катящимся предметом. |  |  |
| 20 | Прокатывание мяча между предметами. Ползание на четвереньках за катящимся предметом. Равновесие и воображение. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Прокатывать мяч между предметами. Ползать на четвереньках за катящимся предметом. |  |  |
| 21 | Отображение игровых действий и имитация действий персонажа, передача несложных эмоциональных состояний персонажа. Радостное настроение. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Отображать игровые действия и имитировать действия персонажа. Передавать несложные эмоциональные состояния. |  |  |
| 22 | Прыжки вперед с перемещением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Одновременное начало и окончание упражнений. Темп. Начальные представления о здоровом образе жизни. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Прыгать вперед с перемещением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 23 | Прыжки вперед с перемещением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Одновременное начало и окончание упражнений. Темп. Начальные представления о здоровом образе жизни. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Прыгать вперед с перемещением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 24 | Становление и обогащение двигательного опыта. Дружеские взаимоотношения. Согласование действий с другими детьми. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Согласовывать действия с другими детьми. |  |  |
| 25 | Ходьба по наклонной доске. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Ловкость. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ходить по наклонной доске. Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. |  |  |
| 26 | Ходьба по наклонной доске. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Ловкость. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ходить по наклонной доске. Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. |  |  |
| 27 | Прыжок вперед на двух ногах, реагирование на сигнал. Чувство равновесия и координации движений. Дружеские отношения. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Прыгать вперед на двух ногах. Реагировать на сигнал. |  |  |
| 28 | Ползание по доске на четвереньках. Ходьба по наклонной доске. Координация движений. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Ползать по доске на четвереньках. Ходить по наклонной доске. |  |  |
| 29 | Ползание по доске на четвереньках. Ходьба по наклонной доске. Координация движений. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Ползать по доске на четвереньках. Ходить по наклонной доске. |  |  |
| 30 | Обогащение двигательного опыта. Потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Физические качества. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Реагировать на сигнал и слово. Правильно выполнять основные движения. |  |  |
| 31 | Прокатывание мяча под дугой. Ползание по скамейке на четвереньках. Память. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Прокатывать мяч под дугой. Ползать по скамейке на четвереньках. |  |  |
| 32 | Прокатывание мяча под дугой. Ползание по скамейке на четвереньках. Память. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Прокатывать мяч под дугой. Ползать по скамейке на четвереньках. |  |  |
| 33 | Интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой. Гармоничное развитие. Развитие физических качеств. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Реагировать на сигнал и слово. Правильно выполнять основные движения. |  |  |
| 34 | Подпрыгивания вверх на месте. Прокатывание мяча под дугой. Ползание на четвереньках по скамейке. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Подпрыгивать вверх на месте. Прокатывать мяч под дугой. Ползать по скамейке. |  |  |
| 35 | Подпрыгивания вверх на месте. Прокатывание мяча под дугой. Ползание на четвереньках по скамейке. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Подпрыгивать вверх на месте. Прокатывать мяч под дугой. Ползать по скамейке. |  |  |
| 36 | Отображение игровых действий и имитация действий персонажей, передача несложных эмоциональных состояний персонажа. Согласование действий с другими детьми. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Отображать и имитировать действия. Передавать несложные эмоциональные состояния. |  |  |
| 37 | Прокатывание мяча двумя руками. Прыжки на месте вверх. Ходьба по гимнастической скамейке. Внимание в подвижной игре. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Прокатывать мяч двумя руками. Прыгать на месте вверх. |  |  |
| 38 | Прокатывание мяча двумя руками. Прыжки на месте вверх. Ходьба по гимнастической скамейке. Внимание в подвижной игре. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Прокатывать мяч двумя руками. Прыгать на месте вверх. |  |  |
| 39 | Профилактика плоскостопия. Формирование правильных навыков выполнения основных видов движений. Интерес к двигательной деятельности. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Ходить на пятках и носках. Выполнять простейшие упражнения для профилактики плоскостопия. |  |  |
| 40 | Подлезание под дугу. Прыжки вверх на месте и в ходьбе по скамейке. Ловкость в подвижной игре. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Подлезать под дугу. Прыгать вверх. |  |  |
| 41 | Подлезание под дугу. Прыжки вверх на месте и в ходьбе по скамейке. Ловкость в подвижной игре. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Подлезать под дугу. Прыгать вверх. |  |  |
| 42 | Выполнение построения. Быстрота. Профилактика простудных заболеваний посредством выполнения дыхательных упражнений. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Выполнять построение. Выполнять дыхательные упражнения. |  |  |
| 43 | Бросание мяча двумя руками об пол и ловле его двумя руками. Подлезание под дугу и ходьбе по гимнастической скамейке. Воображение в подвижной игре. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его. Подлезать под дугу. |  |  |
| 44 | Бросание мяча двумя руками об пол и ловле его двумя руками. Подлезание под дугу и ходьбе по гимнастической скамейке. Воображение в подвижной игре. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его. Подлезать под дугу. |  |  |
| 45 | Профилактика ОРВИ посредством выполнения дыхательной гимнастики. Упражнения по профилактике плоскостопия. Соблюдение указанного направления во время ходьбы и бега. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега. |  |  |
| 46 | Спрыгивание с высоты. Подлезание под несколько подряд расположенных дуг и бросание мяча двумя руками об пол и ловля его. Воображение в подвижной игре. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Спрыгивать с высоты. Подлезать под несколько подряд расположенных дуг. |  |  |
| 47 | Спрыгивание с высоты. Подлезание под несколько подряд расположенных дуг и бросание мяча двумя руками об пол и ловля его. Воображение в подвижной игре. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Спрыгивать с высоты. Подлезать под несколько подряд расположенных дуг. |  |  |
| 48 | Профилактика ОРВИ посредством выполнения дыхательной гимнастики. Быстрота и ловкость. Дружеские отношения друг к другу. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Выполнять дыхательную гимнастику. |  |  |
| 49 | Ползание по доске с опорой на ладони и колени. Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его двумя руками. Ходьба с выполнением заданий. Устойчивое равновесие в прыжках. Ловкость. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ползать по доске с опорой о ладони и колени. Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его двумя руками. |  |  |
| 50 | Ползание по доске с опорой на ладони и колени. Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его двумя руками. Ходьба с выполнением заданий. Устойчивое равновесие в прыжках. Ловкость. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ползать по доске с опорой о ладони и колени. Бросать мяч двумя руками об пол и ловить его двумя руками. |  |  |
| 51 | Развлечение на улице совместно с родителями методом круговой тренировки. Двигательная активность и физическое совершенствование. Коллективные действия. Внимание, ориентация в пространстве, быстрота и ловкость. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Ориентироваться в пространстве. Реагировать на сигнал и слово. |  |  |
| 52 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Ловкость и глазомер. Сохранение равновесия на ограниченной площади опоры. Внимание. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 53 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывание мяча между предметами. Ловкость и глазомер. Сохранение равновесия на ограниченной площади опоры. Внимание. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед. Прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 54 | Открытое занятие совместно с родителями. Создание атмосферы радости и эмоционального благополучия. Интерес к занятиям физической культурой. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Реагировать на сигнал и слово. Двигаться в указанном направлении. |  |  |
| 55 | Катание мяча друг другу. Подлезание под дугу не касаясь руками пола. Сохранение устойчивого равновесия при ползании на четвереньках по уменьшенной площади опоры. Ловкость. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Катать мяч друг другу. Подлезать под дугу не касаясь руками пола. |  |  |
| 56 | Катание мяча друг другу. Подлезание под дугу не касаясь руками пола. Сохранение устойчивого равновесия при ползании на четвереньках по уменьшенной площади опоры. Ловкость. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Катать мяч друг другу. Подлезать под дугу не касаясь руками пола. |  |  |
| 57 | Действие по сигналу воспитателя. Ловкость. Дружеские взаимоотношения, доброжелательность, желание прийти на помощь. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Действовать по сигналу. |  |  |
| 58 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами. Катание мяча друг другу и ползание на четвереньках. Ловкость. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед между предметами. |  |  |
| 59 | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед между предметами. Катание мяча друг другу и ползание на четвереньках. Ловкость. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Прыгать на двух ногах с продвижением вперед между предметами. |  |  |
| 60 | Радостный эмоциональный настрой. Физические качества. Ловкость. Ползание и чувство равновесия. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Ползать и сохранять равновесие. |  |  |
| 61 | Ходьба переменным шагом. Ходьба и бег вокруг предметов и в прыжках с продвижением вперед. Координация движений. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ходить переменным шагом. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 62 | Ходьба переменным шагом. Ходьба и бег вокруг предметов и в прыжках с продвижением вперед. Координация движений. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ходить переменным шагом. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 63 | Реагирование на сигнал и ходьба мелкими шагами. Бег. Чувство равновесия и координация движений. Дружеские отношения детей друг с другом. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Реагировать на сигнал и ходить мелкими шагами. |  |  |
| 64 | Бросание мяча через шнур. Ходьба переменным шагом. Подлезание под шнур не касаясь руками пола. Координация движений, ловкость, глазомер. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Бросать мяч через шнур. Подлезать под шнур не касаясь руками пола. |  |  |
| 65 | Бросание мяча через шнур. Ходьба переменным шагом. Подлезание под шнур не касаясь руками пола. Координация движений, ловкость, глазомер. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Бросать мяч через шнур. Подлезать под шнур не касаясь руками пола. |  |  |
| 66 | Обогащение двигательного опыта детей. Потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Развитие физических качеств. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Ходить и бегать в определенном направлении. Действовать по сигналу. |  |  |
| 67 | Прыжки с высоты (30 – 35 см) и мягкое приземление на полусогнутые ноги. Ходьба и бег с выполнением заданий. Ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Прыгать с высоты и мягко приземляться. Ходить и бегать с выполнением заданий. |  |  |
| 68 | Прыжки с высоты (30 – 35 см) и мягкое приземление на полусогнутые ноги. Ходьба и бег с выполнением заданий. Ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Прыгать с высоты и мягко приземляться. Ходить и бегать с выполнением заданий. |  |  |
| 69 | Интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие. Внимание. Развитие физических качеств. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Реагировать на сигнал. Ходить и бегать в определенном направлении. |  |  |
| 70 | Умение группироваться при подлезании под дугу. Упражнение в равновесии. Координация движений. Ловкость. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Группироваться при подлезании под дугу. |  |  |
| 71 | Умение группироваться при подлезании под дугу. Упражнение в равновесии. Координация движений. Ловкость. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Группироваться при подлезании под дугу. |  |  |
| 72 | Отображение некоторых игровых действий и имитация действий персонажей. Передача несложных эмоциональных состояний персонажей. Согласование действий с другими детьми. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Отображать некоторые игровые действия и имитировать действия персонажей. |  |  |
| 73 | Устойчивое равновесие при ходьбе по кирпичикам. Ходьба по ограниченной площади опоры и прыжки между предметами. Перестроение в круг. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ходить по ограниченной площади опоры и прыгать между предметами. |  |  |
| 74 | Устойчивое равновесие при ходьбе по кирпичикам. Ходьба по ограниченной площади опоры и прыжки между предметами. Перестроение в круг. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ходить по ограниченной площади опоры и прыгать между предметами. |  |  |
| 75 | Профилактика ЛОР-заболеваний при выполнении дыхательных упражнений. Ловкость в подвижных играх. Интерес к двигательной деятельности. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Выполнять правила игры. |  |  |
| 76 | Прыжки в длину с места. Ползание по наклонной доске на четвереньках и ходьба по кирпичикам. Ловкость при прокатывании мяча. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Прыгать в длину с места. Ползать по наклонной доске на четвереньках и ходить по кирпичикам. |  |  |
| 77 | Прыжки в длину с места. Ползание по наклонной доске на четвереньках и ходьба по кирпичикам. Ловкость при прокатывании мяча. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Прыгать в длину с места. Ползать по наклонной доске на четвереньках и ходить по кирпичикам. |  |  |
| 78 | Профилактика простудных заболеваний с помощью дыхательных упражнений. Ловкость в подвижных играх. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Выполнять правила игры. |  |  |
| 79 | Бросание большого мяча через веревку двумя руками из-за головы. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре. Действие по сигналу. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Бросать большой мяч через веревку двумя руками из-за головы. Бросать мяч об пол и ловить его руками. |  |  |
| 80 | Бросание большого мяча через веревку двумя руками из-за головы. Бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание на повышенной опоре. Действие по сигналу. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Бросать большой мяч через веревку двумя руками из-за головы. Бросать мяч об пол и ловить его руками. |  |  |
| 81 | Профилактика плоскостопия. Соблюдение указанного направления во время ходьбы и бега. Развитие умения играть дружно. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Соблюдать указанное направление ходьбы и бега. |  |  |
| 82 | Прыжки вверх на месте. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре и в ползании. Развитие координации движений в ходьбе и беге между предметами. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Прыгать вверх на месте. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге между предметами. |  |  |
| 83 | Прыжки вверх на месте. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре и в ползании. Развитие координации движений в ходьбе и беге между предметами. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Прыгать вверх на месте. Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге между предметами. |  |  |
| 84 | Мелкая моторика в процессе выполнения пальчиковой гимнастики и профилактика простудных заболеваний в процессе выполнения дыхательных упражнений. Быстрота и ловкость. Доброжелательное и дружеское отношение друг к другу. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Выполнять действие по сигналу и слову. |  |  |
| 85 | Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Бросание мяча из-за головы. Ходьба и бег вокруг предметов. Прыжок через шнур. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Бросать мяч из-за головы. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 86 | Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Бросание мяча из-за головы. Ходьба и бег вокруг предметов. Прыжок через шнур. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Бросать мяч из-за головы. Ходить и бегать вокруг предметов. |  |  |
| 87 | Профилактика плоскостопия в процессе выполнения ходьбы по ребристым дорожкам. Развитие умения играть дружно. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Ходить по ребристым дорожкам. Соблюдать правила игры. |  |  |
| 88 | Ходьба и бег с одновременным выполнением заданий. Приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Ловкость при выполнении упражнений с мячом. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Ходить и бегать с одновременным выполнением заданий. Приземляться на полусогнутые ноги. |  |  |
| 89 | Ходьба и бег с одновременным выполнением заданий. Приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Ловкость при выполнении упражнений с мячом. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Ходить и бегать с одновременным выполнением заданий. Приземляться на полусогнутые ноги. |  |  |
| 90 | Сохранение устойчивого равновесия в прыжках. Развитие умения играть дружно. Профилактика плоскостопия в процессе выполнения ходьбы по ребристым дорожкам. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Сохранять устойчивое положение в прыжках. |  |  |
| 91 | Ползание на ладонях и ступнях. Сохранение равновесия. Ловкость и глазомер при выполнении упражнений с мячом. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ползать на ладонях и ступнях. Сохранять равновесие. |  |  |
| 92 | Ползание на ладонях и ступнях. Сохранение равновесия. Ловкость и глазомер при выполнении упражнений с мячом. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ползать на ладонях и ступнях. Сохранять равновесие. |  |  |
| 93 | Выполнение команд по сигналу. Ловкость и глазомер. Ползание по прямой. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Выполнять команды по сигналу. Ползать по прямой. |  |  |
| 94 | Ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя. Устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Ползание между предметами на четвереньках. Прыжки. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Ходить и бегать с остановкой по сигналу. Ползать между предметами на четвереньках. |  |  |
| 95 | Ходьба и бег с остановкой по сигналу воспитателя. Устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Ползание между предметами на четвереньках. Прыжки. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Ходить и бегать с остановкой по сигналу. Ползать между предметами на четвереньках. |  |  |
| 96 | Лазание под шнур и прокатывание мяча в парах. Устойчивое равновесие во время ходьбы по уменьшенной площади опоры. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Лазать под шнур и прокатывать мяч в парах. |  |  |
| 97 | Ходьба и бег врассыпную. Равновесие и прыжки. Бросание и ловля мяча. Равновесие и ориентировка в пространстве. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Ходить и бегать врассыпную. Прыгать с сохранением равновесия. |  |  |
| 98 | Ходьба и бег врассыпную. Равновесие и прыжки. Бросание и ловля мяча. Равновесие и ориентировка в пространстве. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Ходить и бегать врассыпную. Прыгать с сохранением равновесия. |  |  |
| 99 | Реагирование на сигнал. Ходьба мелкими шагами, бег. Равновесие и координация движений. Дружеские отношения детей друг с другом.  | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Реагировать на сигнал. Ходить мелкими шагами. |  |  |
| 100 | Прыжки через веревку. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги и в прокатывание мяча друг другу. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Прыгать через веревку. Прыгать со скамейки на полусогнутые ноги. Прокатывать мяч друг другу. |  |  |
| 101 | Прыжки через веревку. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги и в прокатывание мяча друг другу. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Прыгать через веревку. Прыгать со скамейки на полусогнутые ноги. Прокатывать мяч друг другу. |  |  |
| 102 | Потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании. Ходьба в разных направлениях. Ориентирование. Дружеские отношения детей друг с другом. Выносливость и координация. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Ходить в разных направлениях. Ориентироваться. |  |  |
| 103 | Лазание по гимнастической стенке. Прыжки через веревку. Бросание мяча вверх и ловля. Ползание по гимнастической скамейке. Мелкая моторика в процессе выполнения пальчиковой гимнастики. | Органы чувств и их роль в организме. О полезной и вредной пище. | Лазать по гимнастической стенке. Прыгать через веревку. Бросать мяч вверх и ловить. |  |  |
| 104 | Лазание по гимнастической стенке. Прыжки через веревку. Бросание мяча вверх и ловля. Ползание по гимнастической скамейке. Мелкая моторика в процессе выполнения пальчиковой гимнастики. | О необходимости закаливания. Физические упражнения вызывают хорошее настроение. Сон – восстанавливает силы. | Лазать по гимнастической стенке. Прыгать через веревку. Бросать мяч вверх и ловить. |  |  |
| 105 | Использование знакомых движений в предлагаемых игровых ситуациях. Эмоционально-положительное отношение и интерес к выполнению движений. Развитие физических качеств. | Знать упражнения укрепляющие различные органы и системы организма.  | Выполнять правила игры. |  |  |
| 106 | Лазанье по гимнастической стенке. Ходьба и бег по сигналу. Лазание по наклонной лесенке. Равновесие. Ловкость при выполнении лазания. | Ценность здоровья. Пользу здорового образа жизни. | Лазать по гимнастической стенке. Ходить и бегать по сигналу. |  |  |
| 107 | Лазанье по гимнастической стенке. Ходьба и бег по сигналу. Лазание по наклонной лесенке. Равновесие. Ловкость при выполнении лазания. | Как сообщить о своем самочувствии взрослым. Необходимость лечения. | Лазать по гимнастической стенке. Ходить и бегать по сигналу. |  |  |
| 108 | Отражение некоторых игровых действий и имитация движений персонажа. Передача несложных эмоциональных состояний персонажей. Согласование действий с другими детьми. | О гигиене и опрятности в повседневной жизни. | Передавать несложные эмоциональные переживания персонажа. Выполнять правила игры. |  |  |

**Средняя группа**

**(от 4 до 5 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  № | Тема | Требования к уровню подготовки | Дата |
| Должен знать | Должен уметь | План | Факт |
| 1 | Энергичное отталкивание от пола и мягкое приземление на полусогнутые ноги в прыжке с продвижением вперед и мягкое приземление при подпрыгивании. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Энергично отталкиваться от пола и мягко приземляться на полусогнутые ноги. |  |  |
| 2 | Польза плавания. Ознакомление с помещением бассейна и правилами поведения в нем. | Правила поведения в бассейне. | Правильно вести себя при организации занятия по плаванию. |  |  |
| 3 | Ходьба и бег колонной по одному и врассыпную; действие по сигналу. Развитие ловкости и глазомера при прокатывании мяча двумя руками. Здоровый образ жизни. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Ходить и бегать колонной по одному и врассыпную. Действовать по сигналу |  |  |
| 4 | Катание обруча друг другу. Катание мяча друг другу. Прыжки из обруча в обруч и подпрыгивание вверх с касанием предмета. Точность приземления. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Катать обруч друг другу. Катать мяч друг другу. |  |  |
| 5 | Свойства воды. Правила поведения в воде. Движения в воде. Плавание. | Свойства воды. Правила поведения в воде. | Двигаться в воде. |  |  |
| 6 | Катание мяча, обруча друг другу. Точность направления движения. Прыжки. Действие по сигналу. Нахождение места в шеренге после ходьбы и бега. Воспитание интереса к занятиям и потребности в занятиях физической культурой. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Катать мяч, обруч. Прыгать и действовать по сигналу. |  |  |
| 7 | Катание мяча в прямом направлении. Ходьба в колонне по одному. Глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Катать мяч в прямом направлении. Ходить в колонне по одному. |  |  |
| 8 | Вход в воду. Брызги и окунание в воду до носа. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду. Окунаться в воду до носа. |  |  |
| 9 | Ходьба «змейкой». Катание обруча, мяча друг другу. Лазание. Чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Ходить «змейкой». Катать обруч, мяч друг другу.  |  |  |
| 10 | Подбрасывание, перебрасывание и ловля мяча двумя руками. Ходьба и бег колонной по одному. Ходьба и бег врассыпную. Лазание под шнур с мячом в руках. Прокатывание мяча по дорожке. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Подбрасывать, перебрасывать и ловить мяч двумя руками. Ходить и бегать колонной по одному. |  |  |
| 11 | Вход в воду. Движения в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду. |  |  |
| 12 | Лазание под дугу, не касаясь руками пола. Перебрасывание мяча друг другу. Равновесие, ловкость и глазомер. Приобщение к здоровому образу жизни. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Лазать под дугой, не касаясь руками пола. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 13 | Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Ходьба и бег между предметами с остановкой на сигнал, перестроение в круг. Перебрасывание мяча через сетку. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Ловкость и сила. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Ходить и бегать между предметами с остановкой по сигналу. |  |  |
| 14 | Вход в воду. Погружение лица в воду. Самостоятельное окунание. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду. Погружать лицо в воду. |  |  |
| 15 | Равновесие при ходьбе по скамейке, приземление на полусогнутые ноги в прыжке. Перебрасывание мяча через сетку. Ловкость и глазомер. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Приземляться на полусогнутые ноги в прыжке. |  |  |
| 16 | Бросок мяча о землю и ловля двумя руками. Перестроение в шеренгу после ходьбы и бега в рассыпную. Перестроение в круг и нахождение своего места в шеренге. Ползание на четвереньках и катание обруча друг другу. Точность направления движения. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Бросать мяч о землю двумя руками. Перестраиваться в шеренгу после ходьбы и бега в рассыпную. |  |  |
| 17 | Переход от одного бортика бассейна к другому. Погружение лица в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Переходить от одного бортика бассейна к другому. |  |  |
| 18 | Действие по сигналу, ходьба и бег с изменением направления движения и с выполнением различных заданий. Бросок мяча об землю и ловля его двумя руками. Прокатывание мяча в прямом направлении. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Действовать по сигналу. Бросать и ловить мяч двумя руками. |  |  |
| 19 | Бросок мяча об землю и ловля его двумя руками. Подлезание под дуги правым и левым боком. Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками. Глазомер и ритмичность при бросках мяча. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Подлезать под дуги правым и левым боком. Ползать на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь двумя руками. |  |  |
| 20 | Горизонтальное положение в воде. Подвижные игры в бассейне. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Принимать горизонтальное положение в воде. |  |  |
| 21 | Сохранение устойчивого равновесия. Ползание на животе по гимнастической скамейке. Подлезание и катание обруча друг другу. Сила и ловкость. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Сохранять устойчивое равновесие. Ползание на животе по гимнастической скамейке. |  |  |
| 22 | Подлезание, не касаясь руками пола. Бросок мяча в корзину. Прокатывание мяча друг другу. Развитие глазомера, координации движений, ловкости и фиксации взора. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Подлезать не касаясь руками пола. Бросать мяч в корзину. Прокатывать мяч друг другу. |  |  |
| 23 | Движение ног при плавании кролем. Движения в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Двигать ногами, как при плавании кролем. |  |  |
| 24 | Метание мяча в корзину. Катание обруча друг другу. Сохранение равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Повторить ходьбу и бег колонной по одному. Перестроение в круг. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Метать мяч в корзину. Катать обруч друг другу. |  |  |
| 25 | Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Ловкость и координация движений в прыжках через препятствие и в прокатывании обруча. Развитие внимания при выполнении заданий в ходьбе и беге. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. |  |  |
| 26 | Вдох и выдох в воду. Передвижение в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Делать вдох и выдох в воду. |  |  |
| 27 | Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, в прыжках через препятствия. Развитие внимания при выполнении заданий в ходьбе и беге, ловкости и координации движений. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. |  |  |
| 28 | Перестроение в пары на месте. Прыжки с приземлением на полусогнутые ноги. Прокатывание мяча между предметами. Воспитание потребности и интереса к занятиям физической культурой, чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Перестраиваться в пары на месте. Прыгать с приземлением на полусогнутые ноги. |  |  |
| 29 | Вдох и выдох в воду. Движения ногами при кроле на груди. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движение ногами при кроле на груди. |  |  |
| 30 | Прыжки с приземлением на полусогнутые ноги. Прокатывание мяча между предметами. Ходьба с выполнением заданий. Внимание при выполнении заданий. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Прыгать с приземлением на полусогнутые ноги. |  |  |
| 31 | Ходьба колонной по одному. Перебрасывание мяча друг другу. Бросок мяча об землю и ловля его двумя руками. Ползание на четвереньках. Ловкость и глазомер. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Ходить колонной по одному. Перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
| 32 | Погружение лица в воду, не вытирая его руками. Энергичные движения руками. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружать лицо в воду, не вытирая его руками. |  |  |
| 33 | Перебрасывание мяча друг другу. Ползание на четвереньках. Ловкость и глазомер. Здоровый образ жизни. Гармоничное физическое развитие детей. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Перебрасывать мяч друг другу. Ползать на четвереньках. |  |  |
| 34 | Ходьба и бег. Ползание по гимнастической скамейке. Сохранение устойчивого равновесия на повышенной опоре. Метание. Умение ориентироваться в пространстве, сила и ловкость. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Ползать по гимнастической скамейке. Метать. |  |  |
| 35 | Погружение в воду с головой. Вдох и выдох. Передвижения в воде.  | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружаться в воду. Делать вдох и выдох. |  |  |
| 36 | Метание на дальность. Прыжки, сохранение равновесия. Ориентирование в пространстве. Гармоничное физическое развитие детей. Ловкость, выносливость и сила. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Метать на дальность. |  |  |
| 37 | Правильная дистанция в беге. Ходьба по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывание мяча. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Ходить по наклонной доске с сохранением равновесия. |  |  |
| 38 | Выдох в воду. Энергичные движения руками в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выдыхать в воду. |  |  |
| 39 | Игровые упражнения с бегом и прыжками. Метание снежков на дальность. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Метать на дальность. |  |  |
| 40 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Ползание и переброска мяча. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Ходить и бегать по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону. |  |  |
| 41 | Погружение в воду с головой с задержкой дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять погружение в воду с головой с задержкой дыхания. |  |  |
| 42 | Ходьба и бег между снежными постройками. Прыжки на двух ногах до снеговика. Бросание снежков в цель. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Прыгать на двух ногах. Бросать в цель снежки. |  |  |
| 43 | Ходьба и бег врассыпную. Ловля мяча. Ловкость и глазомер. Ползание по гимнастической скамейке. Сохранение устойчивого равновесия. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Ловить мяч. |  |  |
| 44 | Знакомство с разными способами плавания (кроль на груди и на спине). Вход в воду. Погружение с головой. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду. Выполнять погружение с головой. |  |  |
| 45 | Прыжки на двух ногах. Игровые упражнения с бегом и бросанием снежков в горизонтальную цель. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Прыгать на двух ногах. |  |  |
| 46 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Бег врассыпную. Лазание на гимнастическую стенку. Равновесие и прыжки. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Бегать врассыпную. Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 47 | Погружение в воду с головой. Перемещение с преодолением сопротивления воды. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять погружение в воду с головой. |  |  |
| 48 | Развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Выполнять скольжение с сохранением равновесия. |  |  |
| 49 | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Прыжки с ноги на ногу. Забрасывание мяча в корзину. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Прыгать с ноги на ногу. Забрасывать мяч в корзину. |  |  |
| 50 | Самостоятельное погружение в воду с головой. Передвижение в парах. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Самостоятельно погружаться в воду с головой. |  |  |
| 51 | Повторить игровые упражнения. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Выполнять игровые упражнения. |  |  |
| 52 | Ходьба и бег по кругу. Прыжок в длину с места. Ползание на четвереньках и прокатывание мяча головой. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Прыгать в длину с места. Ползать на четвереньках и прокатывать мяч головой. |  |  |
| 53 | Погружение с головой. Выдох в воду. Совершенствование умения лежать на поверхности воды. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять погружение с головой. Выдох в воду. |  |  |
| 54 | Повторить игровые упражнения с бегом и метанием. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Выполнять игровые действия с бегом и метанием. |  |  |
| 55 | Ходьба и бег между предметами. Перебрасывание мяча друг другу. Задание в равновесии. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
| 56 | Выдох в воду. Горизонтальное положение тела в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Принимать горизонтальное положение тела в воде. |  |  |
| 57 | Игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Выполнять игровые упражнения с бегом. |  |  |
| 58 | Ходьба и бег по кругу. Равновесие и прыжки. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. |  |  |
| 59 | Глубокий вдох и продолжительный полный выдох. Скольжение на груди с движением ног. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять глубокий вдох и продолжительный полный выдох. Скользить на груди с движением ног. |  |  |
| 60 | Игровые упражнения с бегом и прыжками. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Выполнять игровые упражнения с бегом и прыжками. |  |  |
| 61 | Ходьба и бег врассыпную. Бег продолжительностью до 1 минуты. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Прыжки и забрасывание мяча в корзину. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Бегать до 1 минуты. Забрасывать мяч в корзину. |  |  |
| 62 | Передвижение и ориентирование под водой. Лежание на воде. Движение ног кролем. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Передвигаться и ориентироваться под водой. Лежать на воде. |  |  |
| 63 | Игровые упражнения и скольжение. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Выполнять игровые упражнения. |  |  |
| 64 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег врассыпную. Энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Лазание под дугу и отбивание мяча о землю. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Выполнять энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. |  |  |
| 65 | Лежание на поверхности воды. Движение в воде прямо, боком. Движения ног в скольжении. Согласованность действий.  | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Лежать на поверхности воды. Двигаться в воде прямо, боком. |  |  |
| 66 | Метание снежков на дальность. Игровые упражнения с бегом и прыжками. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Метать снежки на дальность. |  |  |
| 67 | Ходьба и бег между предметами. Метание в вертикальную цель. Лазание под палку и перешагивание через нее. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Метать в вертикальную цель. Лазать под палку и перелазить через нее. |  |  |
| 68 | Скольжение. Погружение в воду с головой. Движение в воде в разных направлениях, не мешая друг другу. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять скольжение. Погружаться в воду с головой. |  |  |
| 69 | Игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Выполнять игровые упражнения. Метать в цель и на дальность.  |  |  |
| 70 | Непрерывный бег, лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Задания в прыжках и с мячом. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Выполнять непрерывный бег. Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек |  |  |
| 71 | Скольжение на груди. Ознакомление со скольжением на спине. Выдох в воду при горизонтальном положении тела. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить на груди. Выполнять выдох в воду при горизонтальном положении тела. |  |  |
| 72 | Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Выполнять построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. |  |  |
| 73 | Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и перебрасывание мяча. Ловкость и глазомер. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Ходить колонной по одному с поворотом по сигналу в другую сторону. |  |  |
| 74 | Свободное лежание на воде. Всплывание. Выдох в воду во время скольжения на груди. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Лежать на воде. Всплывать. Выдыхать в воду во время скольжения на груди. |  |  |
| 75 | Игровые упражнения с бегом. Перебрасывание мяча друг другу. Ловкость и глазомер. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
| 76 | Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель. Ползание между предметов. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Прыгать в высоту с разбега. Метать мешочек в цель. |  |  |
| 77 | Всплытие и лежание на спине. Ориентирование во время движений в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Всплывать и лежать на спине. |  |  |
| 78 | Бег в чередовании с ходьбой. Игровые упражнения с мячом и прыжками. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Выполнять игровые упражнения с мячом. |  |  |
| 79 | Ходьба со сменой темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке. Равновесие и прыжки. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Ходить со сменой темпа движения. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 80 | Скольжение на груди с выдохом в воду. Движения прямыми ногами при кроле. Лежание на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить на груди с выдохом в воду. |  |  |
| 81 | Бег и ходьба в чередовании. Игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Выполнять игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. |  |  |
| 82 | Ходьба с перестроением в колонну по два в движении. Метание в горизонтальную цель. Лазание и равновесие. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Выполнять перестроение в колонну по два в движении. Метать в горизонтальную цель. |  |  |
| 83 | Скольжение на спине. Движение ног лежа на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить на спине. |  |  |
| 84 | Бег на скорость. Прокатывание мяча. Игровые задания с прыжками. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Выполнять бег на скорость. Прокатывать мяч. |  |  |
| 85 | Ходьба и бег по кругу. Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Прыжки и метание. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. |  |  |
| 86 | Скольжение с отталкиванием от стенки бассейна. Вдох и выдох в воду в горизонтальном положении. Скольжение на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить с отталкиванием от стенки бассейна. |  |  |
| 87 | Чередование ходьбы и бега. Игра с бегом: «Ловишки - перебежки», эстафета с большим мячом. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Передавать эстафету. |  |  |
| 88 | Ходьба и бег между предметами. Прыжки с короткой скакалкой. Прокатывание обручей. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Прыгать с короткой скакалкой. |  |  |
| 89 | Скольжение с доской или игрушкой в руках. Выдох в воду во время скольжения. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить с доской или игрушкой в руках. |  |  |
| 90 | Длительный бег. Выносливость. Прокатывание обруча. Игровые упражнения с прыжками, с мячом. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Прокатывать обруч. Выполнять игровые упражнения с прыжками, с мячом. |  |  |
| 91 | Ходьба и бег колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. Метание в вертикальную цель. Ловкость и глазомер. Ползание и сохранение устойчивого равновесия. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Выполнять ходьбу и бег колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. |  |  |
| 92 | Движения ногами в скольжении на груди с предметом в руках. Передвижение в воде с выполнением гребков руками.  | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Передвигаться в воде с выполнением гребков руками. |  |  |
| 93 | Бег на скорость. Игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Выполнять бег на скорость. |  |  |
| 94 | Ходьба и бег между предметами. Лазание на гимнастическую стенку. Сохранение равновесия. Прыжки. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 95 | Согласование движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте. Скольжение на груди с движением ног. Скольжение на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить на груди с движением ног. |  |  |
| 96 | Бег на скорость. Игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Выполнять игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии. |  |  |
| 97 | Ходьба и бег с поворотом в другую сторону по команде воспитателя. Сохранение равновесия на повышенной опоре. Упражнения в прыжках и с мячом. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Ходить и бегать с поворотом в другую сторону по команде воспитателя. |  |  |
| 98 | Плавание на груди с предметом в руках при помощи ног. Скольжение на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плавать на груди с предметом в руках при помощи ног. |  |  |
| 99 | Бег с высоким подниманием бедра. Ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. | Как оказать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при травме. | Бегать с высоким подниманием бедра. |  |  |
| 100 | Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыжок в длину с разбега. Перебрасывание мяча. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Ходить и бегать в колонне по одному с перешагиванием через предметы. |  |  |
| 101 | Скольжение на груди с движением ног в сочетании с выдохом и вдохом. Опробовать скольжение с гребковыми движением рук. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить на груди с движением ног в сочетании с выдохом и вдохом. |  |  |
| 102 | Выносливость в непрерывном беге. Прокатывание обручей. Ловкость и глазомер. Игровые упражнения с мячом. | О правильном режиме питания и полезных продуктах. О полезных веществах и витаминах. | Прокатывать обруч. Выполнять игровые упражнения с мячом. |  |  |
| 103 | Ходьба и бег между предметами колонной по одному и врассыпную. Ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнения в равновесии и с обручем. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Выполнять упражнения в равновесии и с обручем. |  |  |
| 104 | Плавание на груди с предметом в руках при помощи ног. Скольжение на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плавать на груди с предметом в руках при помощи ног. |  |  |
| 105 | Бег на скорость. Игровые упражнения с мячом и в прыжках. | О значении ЗОЖ, физических упражнений. Физические упражнения на укрепление органов и систем организма. | Выполнять бег на скорость. |  |  |
| 106 | Ходьба с изменением темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Прыжки между предметами. | Части тела и органы чувств. Их значение для жизни и здоровья. | Ходить с изменением темпа движения . ползать на гимнастической скамейке на животе. Прыгать между предметами. |  |  |
| 107 | Скольжение на груди с движением ног в сочетании с выдохом и вдохом. Опробовать скольжение с гребковыми движением рук. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить на груди в сочетании с выдохом и вдохом. |  |  |
| 108 | Ходьба и бег с изменением темпа движения. Игровые упражнения с мячом. | Важность здорового сна, гигиенических процедур, движения и закаливания. | Выполнять игровые упражнения с мячом. |  |  |

**Старшая группа**

**(от 5 до 6 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Требования к подготовке | Дата |
| Должен знать | Должен уметь | План | Факт |
| 1 | Ходьба и бег колонной по одному, врассыпную. Сохранение устойчивого равновесия. Прыжки с продвижением вперед, перебрасывание мяча. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить и бегать колонной по одному. Прыгать с продвижением вперед, перебрасывать мяч. | 15.09 |  |
| 2 | Ходьба и бег колонной по одному, врассыпную. Сохранение устойчивого равновесия. Прыжки с продвижением вперед, перебрасывание мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать колонной по одному. Прыгать с продвижением вперед, перебрасывать мяч. |  |  |
| 3 | Польза плавания. Ознакомление с помещением бассейна и правилами поведения в нем. | Правила поведения в бассейне. | Правильно вести себя при занятиях плаванием. |  |  |
| 4 | Ходьба и бег между предметами. Ходьба на носках. Координация движений в прыжках в высоту. Ловкость в бросках мяча вверх. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать между предметами. |  |  |
| 5 | Ходьба и бег между предметами. Ходьба на носках. Координация движений в прыжках в высоту. Ловкость в бросках мяча вверх. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить на носках. |  |  |
| 6 | Свойства воды. Правила поведения в воде. Движения в воде. Плавание. | Свойства воды. | Передвигаться в воде. |  |  |
| 7 | Ходьба с высоким подниманием колен. Непрерывный бег продолжительностью до 1 минуты. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони. Подбрасывание мяча вверх. Ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить с высоким подниманием колен. Ползать по гимнастической скамье. |  |  |
| 8 | Ходьба с высоким подниманием колен. Непрерывный бег продолжительностью до 1 минуты. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони. Подбрасывание мяча вверх. Ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить с высоким подниманием колен. Ползать по гимнастической скамье. |  |  |
| 9 | Вход в воду. Брызги и окунание в воду до носа. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду правильно. Выполнять окунание до носа. |  |  |
| 10 | Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. Пролезание в обруч боком. Равновесие и прыжки. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. |  |  |
| 11 | Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. Пролезание в обруч боком. Равновесие и прыжки. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. |  |  |
| 12 | Вход в воду. Движения в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Правильно входить в воду. Перемещаться в воде. |  |  |
| 13 | Бег продолжительностью до 1 минуты. Ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке. Прыжки и перебрасывание мяча. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Бегать до 1 минуты. Ходить приставным шагом по гимнастической скамейке. |  |  |
| 14 | Бег продолжительностью до 1 минуты. Ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке. Прыжки и перебрасывание мяча. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Бегать до 1 минуты. Ходить приставным шагом по гимнастической скамейке. |  |  |
| 15 | Вход в воду. Погружение лица в воду. Самостоятельное окунание. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду. Погружать лицо в воду. |  |  |
| 16 | Поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Бег с преодолением препятствий. Прыжки с высоты. Координация движений при перебрасывании мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Поворачивать по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Выполнять бег с преодолением препятствий. |  |  |
| 17 | Поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Бег с преодолением препятствий. Прыжки с высоты. Координация движений при перебрасывании мяча. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Поворачивать по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Выполнять бег с преодолением препятствий. |  |  |
| 18 | Переход от одного бортика бассейна к другому. Погружение лица в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Переходить от одного бортика бассейна к другому. Погружать лицо в воду. |  |  |
| 19 | Ходьба с изменением темпа движения. Координация движений и глазомер при метании в цель. Равновесие. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить с изменением темпа движений. Метать в цель. |  |  |
| 20 | Ходьба с изменением темпа движения. Координация движений и глазомер при метании в цель. Равновесие. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить с изменением темпа движений. Метать в цель. |  |  |
| 21 | Горизонтальное положение в воде. Подвижные игры в бассейне. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Принимать горизонтальное положение в воде. Соблюдать правила в подвижных играх. |  |  |
| 22 | Ходьба парами. Лазание в обруч. Равновесие и прыжки. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить парами. Лазать в обруч. |  |  |
| 23 | Ходьба парами. Лазание в обруч. Равновесие и прыжки. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить парами. Лазать в обруч. |  |  |
| 24 | Движение ног при плавании кролем. Движения в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движение ногами, как при плавании кролем. |  |  |
| 25 | Ходьба с высоким подниманием колен. Равновесие. Координация движений. Перебрасывание мячей в шеренгах. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить с высоким подниманием колен. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 26 | Ходьба с высоким подниманием колен. Равновесие. Координация движений. Перебрасывание мячей в шеренгах. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить с высоким подниманием колен. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 27 | Вдох и выдох в воду. Передвижение в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять вдох и выдох в воду. |  |  |
| 28 | Ходьба с изменением направления движения. Бег между предметами. Прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. Ползание по гимнастической скамейке и ведение мяча между предметами. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить с изменением направления движения. Бегать между предметами. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 29 | Ходьба с изменением направления движения. Бег между предметами. Прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. Ползание по гимнастической скамейке и ведение мяча между предметами. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить с изменением направления движения. Бегать между предметами. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 30 | Вдох и выдох в воду. Движения ногами при кроле на груди. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять вдох и выдох в воду. Выполнять движения ногами при кроле на груди. |  |  |
| 31 | Ходьба с изменением темпа движений. Бег между предметами. Равновесие. Упражнения с мячом. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить с изменением темпа движений. Бегать между предметами. |  |  |
| 32 | Ходьба с изменением темпа движений. Бег между предметами. Равновесие. Упражнения с мячом. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить с изменением темпа движений. Бегать между предметами. |  |  |
| 33 | Погружение лица в воду, не вытирая его руками. Энергичные движения руками. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружать лицо в воду, не вытирая его руками. |  |  |
| 34 | Ходьба с выполнением действий по сигналу. Равновесие и прыжки. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить с выполнением действий по сигналу. |  |  |
| 35 | Ходьба с выполнением действий по сигналу. Равновесие и прыжки. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить с выполнением действий по сигналу. |  |  |
| 36 | Погружение в воду с головой. Вдох и выдох. Передвижения в воде.  | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружаться в воду с головой. Выполнять вдох и выдох в воду. |  |  |
| 37 | Правильная дистанция в беге. Ходьба по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывание мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. Правильную дистанцию в беге. | Ходить по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 38 | Правильная дистанция в беге. Ходьба по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывание мяча. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). Правильную дистанцию в беге. | Ходить по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 39 | Выдох в воду. Энергичные движения руками в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выходить в воду. Выполнять энергичные движения руками. |  |  |
| 40 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Ползание и переброска мяча. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить и бегать по кругу взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге. |  |  |
| 41 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Ползание и переброска мяча. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить и бегать по кругу взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге. |  |  |
| 42 | Погружение в воду с головой с задержкой дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружаться в воду с головой с задержкой дыхания. |  |  |
| 43 | Ходьба и бег врассыпную. Ловля мяча. Ловкость и глазомер. Ползание по гимнастической скамейке. Сохранение устойчивого равновесия. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить и бегать врассыпную. Ловить мяч. |  |  |
| 44 | Ходьба и бег врассыпную. Ловля мяча. Ловкость и глазомер. Ползание по гимнастической скамейке. Сохранение устойчивого равновесия. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать врассыпную. Ловить мяч. |  |  |
| 45 | Вход в воду. Гребковые движения руками. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять гребковые движения руками. |  |  |
| 46 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Бег врассыпную. Лазание на гимнастическую стенку. Равновесие и прыжки. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Бегать врассыпную. Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 47 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Бег врассыпную. Лазание на гимнастическую стенку. Равновесие и прыжки. | Как характеризовать свое самочувствие. | Бегать врассыпную. Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 48 | Вход в воду. Передвижение в воде. Движения ног. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить и передвигаться в воде. |  |  |
| 49 | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Прыжки с ноги на ногу. Забрасывание мяча в корзину. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Ходьба и бег по наклонной доске. Забрасывание мяча в корзину. |  |  |
| 50 | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Прыжки с ноги на ногу. Забрасывание мяча в корзину. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Ходьба и бег по наклонной доске. Забрасывание мяча в корзину. |  |  |
| 51 | Вход в воду. Передвижение в воде. Подвижные игры. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Вход и передвижение в воде. |  |  |
| 52 | Ходьба и бег по кругу. Прыжок в длину с места. Ползание на четвереньках и прокатывание мяча головой. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать по кругу. Выполнять прыжок в длину с места. |  |  |
| 53 | Ходьба и бег по кругу. Прыжок в длину с места. Ползание на четвереньках и прокатывание мяча головой. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать по кругу. Выполнять прыжок в длину с места. |  |  |
| 54 | Погружение в воду с головой. Выдох. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять погружение в воду с головой. |  |  |
| 55 | Ходьба и бег между предметами. Перебрасывание мяча друг другу. Задание в равновесии. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить и бегать между предметами. Перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
| 56 | Ходьба и бег между предметами. Перебрасывание мяча друг другу. Задание в равновесии. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить и бегать между предметами. Перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
| 57 | Выдох в воду. Движения ногами, как при кроле. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения ногами, как при кроле. |  |  |
| 58 | Ходьба и бег по кругу. Равновесие и прыжки. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать по кругу. Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. |  |  |
| 59 | Ходьба и бег по кругу. Равновесие и прыжки. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать по кругу. Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. |  |  |
| 60 | Вдох и выдох с поворотом головы. Движения ногами, как при плавании кролем. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять вдох и выдох с поворотом головы. |  |  |
| 61 | Ходьба и бег врассыпную. Бег продолжительностью до 1 минуты. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Прыжки и забрасывание мяча в корзину. | Как характеризовать свое самочувствие. | Выполнять бег до 1 минуты. Сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Забрасывать мяч в корзину. |  |  |
| 62 | Ходьба и бег врассыпную. Бег продолжительностью до 1 минуты. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Прыжки и забрасывание мяча в корзину. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Выполнять бег до 1 минуты. Сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Забрасывать мяч в корзину. |  |  |
| 63 | Всплывание и лежание на воде. Выдох в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Всплывать и лежать на воде. Выдыхать в воду. |  |  |
| 64 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег врассыпную. Энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Лазание под дугу и отбивание мяча о землю. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить и бегать врассыпную. Выполнять энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. |  |  |
| 65 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег врассыпную. Энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Лазание под дугу и отбивание мяча о землю. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать врассыпную. Выполнять энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. |  |  |
| 66 | Всплывание и лежание на воде. Движения ног, как при плавании кролем. Выдохи в воду сериями. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Всплывать и лежать на воде. Выполнять выдохи в воду сериями. |  |  |
| 67 | Ходьба и бег между предметами. Метание в вертикальную цель. Лазание под палку и перешагивание через нее. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать между предметами. Метать в вертикальную цель. |  |  |
| 68 | Ходьба и бег между предметами. Метание в вертикальную цель. Лазание под палку и перешагивание через нее. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить и бегать между предметами. Метать в вертикальную цель. |  |  |
| 69 | Всплывание и лежание на воде на спине. Положение «стрела» для скольжения по поверхности воды. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Всплывать и лежать на воде на спине. Выполнять положение «стрела» при скольжении. |  |  |
| 70 | Непрерывный бег, лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Задания в прыжках и с мячом. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. |  |  |
| 71 | Бег и прыжки. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Бегать и прыгать. |  |  |
| 72 | Скольжение по поверхности воды на груди и спине. Выдох в воду с поворотом головы для вдоха. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить по поверхности воды на груди и спине. Выдыхать с поворотом головы для вдоха. |  |  |
| 73 | Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и перебрасывание мяча. Ловкость и глазомер. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить с мешочком на голове. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 74 | Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и перебрасывание мяча. Ловкость и глазомер. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить с мешочком на голове. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 75 | Кроль на груди и на спине при помощи движений ног, с доской в руках. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения ногами кролем с доской в руках. |  |  |
| 76 | Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель. Ползание между предметов. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Прыгать в высоту с разбега. Метать мешочки в цель. |  |  |
| 77 | Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель. Ползание между предметов. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Прыгать в высоту с разбега. Метать мешочки в цель. |  |  |
| 78 | Движения рук, как при плавании кролем. Скольжение с выдохом в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользит с выдохом в воду. |  |  |
| 79 | Ходьба со сменой темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке. Равновесие и прыжки. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить со сменой темпа движения. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 80 | Ходьба со сменой темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке. Равновесие и прыжки. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить со сменой темпа движения. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 81 | Движение рук, как при плавании кролем. Скольжение с выдохом в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения руками, как при плавании кролем. |  |  |
| 82 | Ходьба с перестроением в колонну по два в движении. Метание в горизонтальную цель. Лазание и равновесие. | Как характеризовать свое самочувствие. | Метать в горизонтальную цель. |  |  |
| 83 | Ходьба с перестроением в колонну по два в движении. Метание в горизонтальную цель. Лазание и равновесие. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Метать в горизонтальную цель. |  |  |
| 84 | Движение рук, как при плавании кролем. Плавание на груди и на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения руками, как при плавании кролем. |  |  |
| 85 | Ходьба и бег по кругу. Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Прыжки и метание. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. |  |  |
| 86 | Ходьба и бег по кругу. Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Прыжки и метание. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. |  |  |
| 87 | Общая координация плавательных движений. Согласование движений рук с дыханием. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Согласовывать движения рук с дыханием. |  |  |
| 88 | Ходьба и бег между предметами. Прыжки с короткой скакалкой. Прокатывание обручей. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Прыгать с короткой скакалкой. Прокатывать обруч. |  |  |
| 89 | Ходьба и бег между предметами. Прыжки с короткой скакалкой. Прокатывание обручей. | Как характеризовать свое самочувствие. | Прыгать с короткой скакалкой. Прокатывать обруч. |  |  |
| 90 | Согласование движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. Согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Согласовывать движения рук, ног с дыханием. |  |  |
| 91 | Ходьба и бег колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. Метание в вертикальную цель. Ловкость и глазомер. Ползание и сохранение устойчивого равновесия. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Метать, ползать, бегать колонной по одному. |  |  |
| 92 | Ходьба и бег колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. Метание в вертикальную цель. Ловкость и глазомер. Ползание и сохранение устойчивого равновесия. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Метать, ползать, бегать колонной по одному. |  |  |
| 93 | Плавание с полной координацией движений рук, ног и дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 94 | Ходьба и бег между предметами. Лазание на гимнастическую стенку. Сохранение равновесия. Прыжки. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 95 | Ходьба и бег между предметами. Лазание на гимнастическую стенку. Сохранение равновесия. Прыжки. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 96 | Согласование движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. Согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 97 | Ходьба и бег с поворотом в другую сторону по команде воспитателя. Сохранение равновесия на повышенной опоре. Упражнения в прыжках и с мячом. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Сохранять равновесие на повышенной опоре. |  |  |
| 98 | Ходьба и бег с поворотом в другую сторону по команде воспитателя. Сохранение равновесия на повышенной опоре. Упражнения в прыжках и с мячом. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Сохранять равновесие на повышенной опоре. |  |  |
| 99 | Плавание с полной координацией движений рук, ног и дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 100 | Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыжок в длину с разбега. Перебрасывание мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыгать в длину с разбега. |  |  |
| 101 | Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыжок в длину с разбега. Перебрасывание мяча. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыгать в длину с разбега. |  |  |
| 102 | Согласование движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. Согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 103 | Ходьба и бег между предметами колонной по одному и врассыпную. Ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнения в равновесии и с обручем. | Как характеризовать свое самочувствие. | Выполнять упражнения с мячом, обручем. |  |  |
| 104 | Ходьба и бег между предметами колонной по одному и врассыпную. Ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнения в равновесии и с обручем. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Выполнять упражнения с мячом, обручем. |  |  |
| 105 | Плавание с полной координацией движений рук, ног и дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 106 | Ходьба с изменением темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Прыжки между предметами. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ползать по гимнастической скамейке на животе. Прыгать между предметами. |  |  |
| 107 | Ходьба с изменением темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Прыжки между предметами. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ползать по гимнастической скамейке на животе. Прыгать между предметами. |  |  |
| 108 | Согласование движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. Согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |

**Подготовительная группа**

**(от 6 до 7 лет)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Требования к подготовке | Дата |
| Должен знать | Должен уметь | План | Факт |
| 1 | Польза плавания. Ознакомление с помещением бассейна и правилами поведения в нем. | Правила поведения в бассейне. | Правильно вести себя при занятиях плаванием.  | 15.09 |  |
| 2 | Ходьба и бег колонной по одному, врассыпную. Сохранение устойчивого равновесия. Прыжки с продвижением вперед, перебрасывание мяча. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить и бегать колонной по одному. Прыгать с продвижением вперед, перебрасывать мяч. |  |  |
| 3 | Ходьба и бег колонной по одному, врассыпную. Сохранение устойчивого равновесия. Прыжки с продвижением вперед, перебрасывание мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать колонной по одному. Прыгать с продвижением вперед, перебрасывать мяч. |  |  |
| 4 | Свойства воды. Правила поведения в воде. Движения в воде. Плавание. | Свойства воды. | Правильно вести себя при занятиях плаванием. |  |  |
| 5 | Ходьба и бег между предметами. Ходьба на носках. Координация движений в прыжках в высоту. Ловкость в бросках мяча вверх. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать между предметами. |  |  |
| 6 | Ходьба и бег между предметами. Ходьба на носках. Координация движений в прыжках в высоту. Ловкость в бросках мяча вверх. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить на носках. |  |  |
| 7 | Свойства воды. Правила поведения в воде. Движения в воде. Плавание. | Свойства воды. | Передвигаться в воде. |  |  |
| 8 | Ходьба с высоким подниманием колен. Непрерывный бег продолжительностью до 1 минуты. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони. Подбрасывание мяча вверх. Ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить с высоким подниманием колен. Ползать по гимнастической скамье. |  |  |
| 9 | Ходьба с высоким подниманием колен. Непрерывный бег продолжительностью до 1 минуты. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони. Подбрасывание мяча вверх. Ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить с высоким подниманием колен. Ползать по гимнастической скамье. |  |  |
| 10 | Вход в воду. Брызги и окунание в воду до носа. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду правильно. Выполнять окунание до носа. |  |  |
| 11 | Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. Пролезание в обруч боком. Равновесие и прыжки. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. |  |  |
| 12 | Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. Пролезание в обруч боком. Равновесие и прыжки. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать с изменением темпа движения по сигналу воспитателя. |  |  |
| 13 | Вход в воду. Движения в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Правильно входить в воду. Перемещаться в воде. |  |  |
| 14 | Бег продолжительностью до 1 минуты. Ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке. Прыжки и перебрасывание мяча. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Бегать до 1 минуты. Ходить приставным шагом по гимнастической скамейке. |  |  |
| 15 | Бег продолжительностью до 1 минуты. Ходьба приставным шагом по гимнастической скамейке. Прыжки и перебрасывание мяча. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Бегать до 1 минуты. Ходить приставным шагом по гимнастической скамейке. |  |  |
| 16 | Вход в воду. Погружение лица в воду. Самостоятельное окунание. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить в воду. Погружать лицо в воду. |  |  |
| 17 | Поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Бег с преодолением препятствий. Прыжки с высоты. Координация движений при перебрасывании мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Поворачивать по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Выполнять бег с преодолением препятствий. |  |  |
| 18 | Поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Бег с преодолением препятствий. Прыжки с высоты. Координация движений при перебрасывании мяча. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Поворачивать по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Выполнять бег с преодолением препятствий. |  |  |
| 19 | Переход от одного бортика бассейна к другому. Погружение лица в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Переходить от одного бортика бассейна к другому. Погружать лицо в воду. |  |  |
| 20 | Ходьба с изменением темпа движения. Координация движений и глазомер при метании в цель. Равновесие. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить с изменением темпа движений. Метать в цель. |  |  |
| 21 | Ходьба с изменением темпа движения. Координация движений и глазомер при метании в цель. Равновесие. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить с изменением темпа движений. Метать в цель. |  |  |
| 22 | Горизонтальное положение в воде. Подвижные игры в бассейне. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Принимать горизонтальное положение в воде. Соблюдать правила в подвижных играх. |  |  |
| 23 | Ходьба парами. Лазание в обруч. Равновесие и прыжки. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить парами. Лазать в обруч. |  |  |
| 24 | Ходьба парами. Лазание в обруч. Равновесие и прыжки. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить парами. Лазать в обруч. |  |  |
| 25 | Движение ног при плавании кролем. Движения в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движение ногами, как при плавании кролем. |  |  |
| 26 | Ходьба с высоким подниманием колен. Равновесие. Координация движений. Перебрасывание мячей в шеренгах. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить с высоким подниманием колен. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 27 | Ходьба с высоким подниманием колен. Равновесие. Координация движений. Перебрасывание мячей в шеренгах. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить с высоким подниманием колен. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 28 | Вдох и выдох в воду. Передвижение в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять вдох и выдох в воду. |  |  |
| 29 | Ходьба с изменением направления движения. Бег между предметами. Прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. Ползание по гимнастической скамейке и ведение мяча между предметами. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить с изменением направления движения. Бегать между предметами. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 30 | Ходьба с изменением направления движения. Бег между предметами. Прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед. Ползание по гимнастической скамейке и ведение мяча между предметами. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить с изменением направления движения. Бегать между предметами. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 31 | Вдох и выдох в воду. Движения ногами при кроле на груди. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять вдох и выдох в воду. Выполнять движения ногами при кроле на груди. |  |  |
| 32 | Ходьба с изменением темпа движений. Бег между предметами. Равновесие. Упражнения с мячом. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить с изменением темпа движений. Бегать между предметами. |  |  |
| 33 | Ходьба с изменением темпа движений. Бег между предметами. Равновесие. Упражнения с мячом. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить с изменением темпа движений. Бегать между предметами. |  |  |
| 34 | Погружение лица в воду, не вытирая его руками. Энергичные движения руками. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружать лицо в воду, не вытирая его руками. |  |  |
| 35 | Ходьба с выполнением действий по сигналу. Равновесие и прыжки. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить с выполнением действий по сигналу. |  |  |
| 36 | Ходьба с выполнением действий по сигналу. Равновесие и прыжки. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить с выполнением действий по сигналу. |  |  |
| 37 | Погружение в воду с головой. Вдох и выдох. Передвижения в воде.  | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружаться в воду с головой. Выполнять вдох и выдох в воду. |  |  |
| 38 | Правильная дистанция в беге. Ходьба по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывание мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 39 | Правильная дистанция в беге. Ходьба по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывание мяча. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 40 | Выдох в воду. Энергичные движения руками в воде. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выходить в воду. Выполнять энергичные движения руками. |  |  |
| 41 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Ползание и переброска мяча. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить и бегать по кругу взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге. |  |  |
| 42 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Ползание и переброска мяча. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить и бегать по кругу взявшись за руки с поворотом в другую сторону. Прыжки попеременно на правой и левой ноге. |  |  |
| 43 | Погружение в воду с головой с задержкой дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Погружаться в воду с головой с задержкой дыхания. |  |  |
| 44 | Ходьба и бег врассыпную. Ловля мяча. Ловкость и глазомер. Ползание по гимнастической скамейке. Сохранение устойчивого равновесия. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить и бегать врассыпную. Ловить мяч. |  |  |
| 45 | Ходьба и бег врассыпную. Ловля мяча. Ловкость и глазомер. Ползание по гимнастической скамейке. Сохранение устойчивого равновесия. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать врассыпную. Ловить мяч. |  |  |
| 46 | Вход в воду. Гребковые движения руками. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять гребковые движения руками. |  |  |
| 47 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Бег врассыпную. Лазание на гимнастическую стенку. Равновесие и прыжки. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Бегать врассыпную. Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 48 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Бег врассыпную. Лазание на гимнастическую стенку. Равновесие и прыжки. | Как характеризовать свое самочувствие. | Бегать врассыпную. Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 49 | Вход в воду. Передвижение в воде. Движения ног. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Входить и передвигаться в воде. |  |  |
| 50 | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Прыжки с ноги на ногу. Забрасывание мяча в корзину. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Ходьба и бег по наклонной доске. Забрасывание мяча в корзину. |  |  |
| 51 | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Прыжки с ноги на ногу. Забрасывание мяча в корзину. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходьба и бег между предметами, не задевая их. Ходьба и бег по наклонной доске. Забрасывание мяча в корзину. |  |  |
| 52 | Вход в воду. Передвижение в воде. Подвижные игры. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Вход и передвижение в воде. |  |  |
| 53 | Ходьба и бег по кругу. Прыжок в длину с места. Ползание на четвереньках и прокатывание мяча головой. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать по кругу. Выполнять прыжок в длину с места. |  |  |
| 54 | Ходьба и бег по кругу. Прыжок в длину с места. Ползание на четвереньках и прокатывание мяча головой. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать по кругу. Выполнять прыжок в длину с места. |  |  |
| 55 | Погружение в воду с головой. Выдох. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять погружение в воду с головой. |  |  |
| 56 | Ходьба и бег между предметами. Перебрасывание мяча друг другу. Задание в равновесии. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Ходить и бегать между предметами. Перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
| 57 | Ходьба и бег между предметами. Перебрасывание мяча друг другу. Задание в равновесии. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Ходить и бегать между предметами. Перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
| 58 | Выдох в воду. Движения ногами, как при кроле. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения ногами, как при кроле. |  |  |
| 59 | Ходьба и бег по кругу. Равновесие и прыжки. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать по кругу. Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. |  |  |
| 60 | Ходьба и бег по кругу. Равновесие и прыжки. Лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать по кругу. Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. |  |  |
| 61 | Вдох и выдох с поворотом головы. Движения ногами, как при плавании кролем. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять вдох и выдох с поворотом головы. |  |  |
| 62 | Ходьба и бег врассыпную. Бег продолжительностью до 1 минуты. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Прыжки и забрасывание мяча в корзину. | Как характеризовать свое самочувствие. | Выполнять бег до 1 минуты. Сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Забрасывать мяч в корзину. |  |  |
| 63 | Ходьба и бег врассыпную. Бег продолжительностью до 1 минуты. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Прыжки и забрасывание мяча в корзину. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Выполнять бег до 1 минуты. Сохранять равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Забрасывать мяч в корзину. |  |  |
| 64 | Всплывание и лежание на воде. Выдох в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Всплывать и лежать на воде. Выдыхать в воду. |  |  |
| 65 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег врассыпную. Энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Лазание под дугу и отбивание мяча о землю. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ходить и бегать врассыпную. Выполнять энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. |  |  |
| 66 | Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег врассыпную. Энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. Лазание под дугу и отбивание мяча о землю. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать врассыпную. Выполнять энергичное отталкивание и приземление на полусогнутые ноги в прыжках. |  |  |
| 67 | Всплывание и лежание на воде. Движения ног, как при плавании кролем. Выдохи в воду сериями. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Всплывать и лежать на воде. Выполнять выдохи в воду сериями. |  |  |
| 68 | Ходьба и бег между предметами. Метание в вертикальную цель. Лазание под палку и перешагивание через нее. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить и бегать между предметами. Метать в вертикальную цель. |  |  |
| 69 | Ходьба и бег между предметами. Метание в вертикальную цель. Лазание под палку и перешагивание через нее. | Как характеризовать свое самочувствие. | Ходить и бегать между предметами. Метать в вертикальную цель. |  |  |
| 70 | Всплывание и лежание на воде на спине. Положение «стрела» для скольжения по поверхности воды. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Всплывать и лежать на воде на спине. Выполнять положение «стрела» при скольжении. |  |  |
| 71 | Непрерывный бег, лазание на гимнастическую стенку, не пропуская реек. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Задания в прыжках и с мячом. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Лазать на гимнастическую стенку, не пропуская реек. |  |  |
| 72 | Бег и прыжки. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Бегать и прыгать. |  |  |
| 73 | Скольжение по поверхности воды на груди и спине. Выдох в воду с поворотом головы для вдоха. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользить по поверхности воды на груди и спине. Выдыхать с поворотом головы для вдоха. |  |  |
| 74 | Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и перебрасывание мяча. Ловкость и глазомер. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить с мешочком на голове. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 75 | Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и перебрасывание мяча. Ловкость и глазомер. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Ходить с мешочком на голове. Перебрасывать мяч. |  |  |
| 76 | Кроль на груди и на спине при помощи движений ног, с доской в руках. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения ногами кролем с доской в руках. |  |  |
| 77 | Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель. Ползание между предметов. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Прыгать в высоту с разбега. Метать мешочки в цель. |  |  |
| 78 | Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель. Ползание между предметов. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Прыгать в высоту с разбега. Метать мешочки в цель. |  |  |
| 79 | Движения рук, как при плавании кролем. Скольжение с выдохом в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Скользит с выдохом в воду. |  |  |
| 80 | Ходьба со сменой темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке. Равновесие и прыжки. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить со сменой темпа движения. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 81 | Ходьба со сменой темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке. Равновесие и прыжки. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить со сменой темпа движения. Ползать по гимнастической скамейке. |  |  |
| 82 | Движение рук, как при плавании кролем. Скольжение с выдохом в воду. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения руками, как при плавании кролем. |  |  |
| 83 | Ходьба с перестроением в колонну по два в движении. Метание в горизонтальную цель. Лазание и равновесие. | Как характеризовать свое самочувствие. | Метать в горизонтальную цель. |  |  |
| 84 | Ходьба с перестроением в колонну по два в движении. Метание в горизонтальную цель. Лазание и равновесие. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Метать в горизонтальную цель. |  |  |
| 85 | Движение рук, как при плавании кролем. Плавание на груди и на спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Выполнять движения руками, как при плавании кролем. |  |  |
| 86 | Ходьба и бег по кругу. Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Прыжки и метание. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. |  |  |
| 87 | Ходьба и бег по кругу. Сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Прыжки и метание. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. |  |  |
| 88 | Общая координация плавательных движений. Согласование движений рук с дыханием. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Согласовывать движения рук с дыханием. |  |  |
| 89 | Ходьба и бег между предметами. Прыжки с короткой скакалкой. Прокатывание обручей. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Прыгать с короткой скакалкой. Прокатывать обруч. |  |  |
| 90 | Ходьба и бег между предметами. Прыжки с короткой скакалкой. Прокатывание обручей. | Как характеризовать свое самочувствие. | Прыгать с короткой скакалкой. Прокатывать обруч. |  |  |
| 91 | Согласование движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. Согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Согласовывать движения рук, ног с дыханием. |  |  |
| 92 | Ходьба и бег колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. Метание в вертикальную цель. Ловкость и глазомер. Ползание и сохранение устойчивого равновесия. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Метать, ползать, бегать колонной по одному. |  |  |
| 93 | Ходьба и бег колонной по одному с остановкой по команде воспитателя. Метание в вертикальную цель. Ловкость и глазомер. Ползание и сохранение устойчивого равновесия. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Метать, ползать, бегать колонной по одному. |  |  |
| 94 | Плавание с полной координацией движений рук, ног и дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 95 | Ходьба и бег между предметами. Лазание на гимнастическую стенку. Сохранение равновесия. Прыжки. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 96 | Ходьба и бег между предметами. Лазание на гимнастическую стенку. Сохранение равновесия. Прыжки. | Роль режима дня для здоровья человека. Правила ухода за больным.  | Лазать на гимнастическую стенку. |  |  |
| 97 | Согласование движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. Согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 98 | Ходьба и бег с поворотом в другую сторону по команде воспитателя. Сохранение равновесия на повышенной опоре. Упражнения в прыжках и с мячом. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Сохранять равновесие на повышенной опоре. |  |  |
| 99 | Ходьба и бег с поворотом в другую сторону по команде воспитателя. Сохранение равновесия на повышенной опоре. Упражнения в прыжках и с мячом. | Основы техники безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. | Сохранять равновесие на повышенной опоре. |  |  |
| 100 | Плавание с полной координацией движений рук, ног и дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 101 | Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыжок в длину с разбега. Перебрасывание мяча. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ходить и бегать в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыгать в длину с разбега. |  |  |
| 102 | Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыжок в длину с разбега. Перебрасывание мяча. | О зависимости здоровья человека от правильного питания (качество). | Ходить и бегать в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыгать в длину с разбега. |  |  |
| 103 | Согласование движений рук и дыхания при плавании кролем на груди. Согласование рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди и спине. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 104 | Ходьба и бег между предметами колонной по одному и врассыпную. Ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнения в равновесии и с обручем. | Как характеризовать свое самочувствие. | Выполнять упражнения с мячом, обручем. |  |  |
| 105 | Ходьба и бег между предметами колонной по одному и врассыпную. Ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнения в равновесии и с обручем. | Доступные сведения из истории олимпийского движения. | Выполнять упражнения с мячом, обручем. |  |  |
| 106 | Плавание с полной координацией движений рук, ног и дыхания. | Правила поведения в бассейне. Свойства воды и польза занятий в бассейне. | Плыть пытаясь выполнить все движения с координацией ног, рук и дыхания. |  |  |
| 107 | Ходьба с изменением темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Прыжки между предметами. | Особенности функционирования и целостность человеческого организма. | Ползать по гимнастической скамейке на животе. Прыгать между предметами. |  |  |
| 108 | Ходьба с изменением темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Прыжки между предметами. | Составляющие здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. | Ползать по гимнастической скамейке на животе. Прыгать между предметами. |  |  |

**3.4.2. Праздничный календарь и спортивный календарь**

**Конкурсы, выставки**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Сроки | Ответственный  |
| 1. | Выставка   рисунков «Деревья в золото одеты…» | Сентябрь  | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 1. | Конкурс «Времена года» | Октябрь | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 2. | Смотр – конкурс поделок из природного материала «Осенние дары» | Ноябрь | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 3. | Акция «Забота о зимующих птицах» | Ноябрь | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 4. | Смотр-конкурс «Новый год»Оформление групповых помещений | Декабрь | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 5. | Смотр – конкурс «Чудо ёлочка» для детей и родителей | Январь | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 6. | Выставка семейных работ «Весна» | Март | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 7. | Выставка детских работ художественно-продуктивной деятельности «Дорога в космос» | Апрель | Ст. воспитатель,Воспитатели |
| 8. | Выставка рисунков ко дню Победы «Они сражались за Родину». | Май | Ст. воспитатель,Воспитатели |

**Спортивные мероприятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание  | Сроки  | Ответственный  |
| 1. | Спортивное развлечение «Мы дружим со спортом»(старшая и подготовительная группа) | Октябрь | Ст.воспитатель,ВоспитателиИнтсруктор ФК |
| 2. | Эстафета «Соревнуйтесь вместе с нами»(подготовительная группа) | Ноябрь | Ст.воспитатель,ВоспитателиИнтсруктор ФК |
| 3. | 7 апреля – всемирный день здоровья «Спортивные состязания» | Апрель | Ст.воспитатель,ВоспитателиИнтсруктор ФК |

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

 Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

**Насыщенность среды**

* **Насыщенность**среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.
* Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

* игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
* двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
* эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
* возможность самовыражения детей.

**Трансформируемость**

**Трансформируемость**пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

**Полифункциональность**

* 3) Полифункциональность материалов предполагает:
* возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;
* наличие в Организации полифункциональных (не обладающих жёстко закреплённым способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

**Вариативность**

4) Вариативность среды предполагает:

* наличие в Организации различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
* периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

**Доступность**

5)  Доступность среды предполагает:

* доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
* свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
* исправность и сохранность материалов и оборудования.

**Безопасность**

6) Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех её элементов требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования

**Функции предметно-развивающей среды**

* Информационная – каждый предмет несет определенные сведения об окружающем мире, становится средством передачи социального опыта.
* Стимулирующая – должна быть мобильной и динамичной. В ее организации педагогу необходимо учитывать «зону ближайшего развития», возрастные, индивидуальные особенности ребенка, его потребности, стремления и способности.
* Развивающая – сочетание традиционных и новых, необычных компонентов, что обеспечивает преемственность развития деятельности от простых ее форм к более сложным.

**Предметно – развивающая среда в детском саду должна:**

* Иметь привлекательный вид;
* Выступать в роли естественного фона жизни ребенка;
* Снимать утомляемость;
* Положительно влиять на эмоциональное состояние;
* Помогать ребенку индивидуально познавать окружающий мир;
* Давать возможность ребенку заниматься самостоятельной деятельностью.

Предметно – развивающая среда должна ориентироваться на «зону ближайшего развития»:

* Содержать предметы и материалы известные детям, для самостоятельной деятельности, а также для деятельности со сверстниками;
* Предметы и материалы, которыми дети будут овладевать в совместной     деятельности с педагогом;
* Совсем незнакомые предметы и материалы.

При организации предметно – развивающей среды в дошкольном учреждении важнейшим условием является учет возрастных особенностей и потребностей детей, которые имеют свои отличительные признаки.

 • Для детей третьего года жизни является свободное и большое пространство, где они могут быть в активном движении – лазании, катании.

• На четвертом году жизни ребенку необходим развернутый центр сюжетно-ролевых игр с яркими особенностями атрибутов, дети стремятся быть похожими на взрослых, быть такими же важными и большими.

• В старшем дошкольном возрасте проявляется потребность в игре со сверстниками, создавать свой мир игры. Кроме того, в предметно-развивающей среде должно учитываться формирование психологических новообразований в разные годы жизни

Вся организация педагогического процесса детского сада предполагает свободу передвижения ребенка по всему зданию, а не только в пределах своего группового помещения. Детям должны быть доступны все функциональные пространства детского сада, включая те, которые предназначены для взрослых. Конечно, доступ в помещения для взрослых, например, в методический кабинет, кухню или прачечную, должен быть ограничен, но не закрыт, так как труд взрослых всегда интересен детям. Способность детей-выпускников свободно ориентироваться в пространстве и времени помогает им легко адаптироваться к особенностям школьной жизни.

Если позволяют условия учреждения, можно обустроить места для самостоятельной деятельности детей не только в групповых помещениях, но и в спальнях, раздевалках. Все это способствует эмоциональному раскрепощению, укрепляет чувство уверенности в себе и защищенности.

Значительную роль в развитии дошкольника играет искусство, поэтому в оформлении детского сада большое место отводится изобразительному и декоративно-прикладному искусству. Картины, скульптуры, графика, роспись, витражи, декоративные кладки, изделия народного прикладного искусства и т. д. с детства входят в сознание и чувства ребенка. Они развивают мышление, нравственно-волевые качества, создают предпосылки формирования любви и уважения к труду людей.

Предметно-пространственная среда организуется по принципу небольших полузамкнутых микропространств, для того чтобы избежать скученности детей и способствовать играм подгруппами в 3-5 человек. Все материалы и игрушки располагаются так, чтобы не мешать свободному перемещению детей, создать условия для общения со сверстниками. Необходимо также предусмотреть «уголки уединения», где ребенок может отойти от общения, подумать, помечтать. Такие уголки можно создать, перегородив пространство ширмой, стеллажами, разместив там несколько мягких игрушек, книг, игр для уединившегося ребенка. В группе создаются **различные центры активности**:

* **«Центр познания»**обеспечивает решение задач познавательно-исследовательской деятельности детей (развивающие и логические игры, речевые игры, игры с буквами, звуками и слогами; опыты и эксперименты);
* **«Центр творчества»** обеспечивает решение задач активизации творчества детей (режиссерские и театрализованные, музыкальные игры и импровизации, художественно-речевая и изобразительная деятельность);
* **«Игровой центр»,** обеспечивающий организацию самостоятельных сюжетноролевых игр;
* **«Литературный центр»,** обеспечивающий литературное развитие дошкольников;
* **«Спортивный центр»**, обеспечивающей двигательную активность и организацию здоровьесберегающую деятельность детей.

Есть ряд показателей, по которым воспитатель может оценить качество созданной в группе развивающей предметно-игровой среды и степень ее влияния на детей:

* Включенность всех детей в активную самостоятельную деятельность. Каждый ребенок выбирает занятие по интересам в центрах активности, что обеспечивается разнообразием предметного содержания, доступностью материалов, удобством их размещения.
* Низкий уровень шума в группе (так называемый «рабочий шум»), при этом голос воспитателя не доминирует над голосами детей, но тем не менее хорошо всем слышен.
* Низкая конфликтность между детьми: они редко ссорятся из-за игр, игрового пространства или материалов, так как увлечены интересной деятельностью.
* Выраженная продуктивность самостоятельной деятельности детей: много рисунков, поделок, рассказов, экспериментов, игровых импровизаций и других продуктов создается детьми в течение дня.
* Положительный эмоциональный настрой детей, их жизнерадостность, открытость, желание посещать детский сад.

Младшая группа.

Обстановка в младшей группе прежде всего создается как комфортная и безопасная для ребенка. Маленькие дети плохо реагируют на пространственные изменения обстановки, они предпочитают стабильность в этом отношении. В связи с этим необходимо спланировать расстановку оборудования еще до прихода малышей в детский сад.

Маленькие дети - это в первую очередь «деятели». Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшее условие их развития. Пребывание ребенка в детском саду организуется так, чтобы каждый получил возможность участвовать в разнообразной деятельности: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов, в рисовании, лепке, элементарном труде, в творческой деятельности. В совместной деятельности с ребенком воспитатель помогает освоить новые способы и приемы действий, дает образец поведения и отношения. С учетом этого пространственно обстановка организуется для одновременной деятельности 2-3 детей и взрослого.

У младших детей активно развиваются движения, в том числе ходьба, бег, лазание. Вместе с тем, движения еще плохо координированы, нет ловкости, быстроты реакции, увертливости. Поэтому при пространственной организации среды оборудование целесообразно располагать по периметру группы, выделив игровую часть и место для хозяйственно-бытовых нужд, предусмотреть достаточно широкие, хорошо просматриваемые пути передвижения для ребенка. Не рекомендуется включать в обстановку много оборудования, примерно две трети пространства должны быть свободными.

Предметная среда группы организуется так, чтобы стимулировать восприятие детей, способствовать развитию анализаторов, «подсказывать» способы обследования и действий. Предметы подбираются чистых цветов, четкой несложной формы, разных размеров, выполненных из разнообразных (но безопасных для здоровья ребенка) материалов. Хорошо, если из предметов можно извлекать звуки, чувствовать аромат, запах, познавать характер поверхности (гладкость, шероховатость), прозрачность, твердость-мягкость и другие разнообразные свойства.

Для развития мелкой моторики кроме специальных дидактических игрушек: вкладышей, пирамидок, шнуровок, — нужно включать в обстановку пластиковые контейнеры с крышками разных форм и размеров, коробки, другие хозяйственные предметы, вышедшие из употребления. Примеряя крышки к коробкам, ребенок накапливает опыт сравнения величин, форм, цветов.

В группе для четырехлетних детей используем  игрушки, отражающие реальную жизнь (например, машина скорой помощи, грузовая, легковая машины, кукла-доктор и т.п.). Ряд игровых атрибутов нужно заменить предметами-заместителями для развития воображения ребенка, расширения творческих возможностей игры.

Маленькие дети предпочитают крупное игровое оборудование. Необходимо размещать материалы на открытых полках, а сами материалы подбираются внешне привлекательные, яркие, и довольно часто их надо менять (не реже одного раза в неделю). Все игрушки и пособия, находящиеся в группе, должны быть доступны для ребенка, это способствует развитию его активности, самостоятельности.

Много возможностей развития детей заложено в игре- экспериментировании. Игры с песком, водой, глиной, красками требуют специального оборудования это оборудование можно приобрести или сделать своими руками, сегодня наши воспитатели вам об этом подробно расскажут и покажут во время мастер классов. Из дидактических игр предпочтительны игры типа лото и парных картинок. Должны быть также мозаика (крупная пластиковая, магнитная и крупная гвоздиковая), пазл из 3-15 частей, наборы кубиков из 4-12 штук, развивающие игры (например, «Сложи узор», «Сложи квадрат»), а также игры с элементами моделирования и замещения. Разнообразные «мягкие конструкторы» на ковролиновой основе позволяют организовать игру по- разному: сидя за столом, стоя у стены, лежа на полу.

Ребенок младшего возраста начинает проявлять все более активный интерес к рисованию. Для накопления опыта изобразительной деятельности лучше всего иметь специальные самостирающиеся или восковые доски с палочкой для рисования или рулон простых белых обоев и восковые мелки (они не пачкают руки, не осыпаются). Обои закрепляются на стене, покрытой пленкой, или на столе и перематываются по мере использования. Любят малыши рисовать ладошками, для такого рисования лучше использовать гуашь с добавлением жидкого мыла или специальные краски.

Очень полезно в группе иметь много зеркал в разных местах, поскольку малыш сможет видеть себя среди других детей, наблюдать свои движения, мимику, внешний вид. А уголок ряженья позволит ему изменять свой облик и наблюдать эти изменения, познавая себя, такого знакомого и незнакомого одновременно.

Средняя группа

В среднем дошкольном возрасте важно накапливать у детей опыт совместной со сверстниками деятельности, а также развивать познавательную деятельность и поддерживать попытки творчески отражать впечатления в продуктивных видах деятельности.

Средний дошкольный возраст — время расцвета сюжетно-ролевой игры. Дети 5-го года жизни, как и младшие дошкольники, любят многократно повторять полюбившиеся игровые действия и сюжеты. Поэтому, если сюжет игры воспроизводится с энтузиазмом и увлечением, не надо побуждать детей к новой игре и вносить к ней атрибуты. Сигналом о необходимости существенных изменений в игровой среде будет служить снижение эмоционального фона, речевой активности и быстрое сворачивание игры. В этом случае необходимо внести атрибуты для разворачивания новых сюжетов. Сюжеты в этом возрасте просты и связаны с имеющимся у ребенка опытом: семья, магазин (продуктовый, игрушек, одежды), детский сад, праздники, моряки, цирк, путешествие на дачу...

Пятилетний ребенок придает большое значение игрушке, она наталкивает его на новые игровые замыслы. В игровых наборах для средней группы должны быть куклы разного пола и «профессий» и мягкие игрушки (котята, лисята, собачки, зайцы, медведи и др.), лучше не очень крупных размеров — чуть больше ладони взрослого; наборы мебели (крупной и для игр на столе), посуды, одежды, разнообразные виды транспорта. В группе необходим запас дополнительного игрового материала: коробок разного размера и формы, бечевок, катушек, лоскутков ткани, палочек, трубок и пр.; все это найдет применение в игре, будет способствовать развитию игровых замыслов и творчества.

Усиливается познавательная активность дошкольников. Это проявляется в многочисленных вопросах детей к воспитателю: «Почему?», «Зачем?», «Для чего?». Развивающееся мышление ребенка, способность устанавливать простейшие связи и отношения между объектами пробуждают интерес к окружающему миру. С этой целью в группе организуется «сенсорный центр»

* место, где подобраны предметы и материалы, познавать которые можно с помощью различных органов чувств. Например, музыкальные инструменты, шумовые предметы можно слышать; книги, картинки, калейдоскопы можно видеть; баночки с ароматизированными веществами.

В среднем дошкольном возрасте дети активно осваивают средства и способы познания. Среди дидактических игр, прежде всего, должны быть игры на сравнение предметов по различным свойствам (цвету, форме, размеру, материалу, функции), на группировку по свойствам, на воссоздание целого из частей (типа «Танграм», пазл из 12 - 24 частей), игры на счет. Примерно 15% игр предназначены для детей старшей возрастной группы, чтобы дать возможность детям, опережающим в развитии сверстников, не останавливаться, а продвигаться дальше.

Игры с песком, водой, глиной, красками, светом, зеркалом, пеной организуются в специальном месте для детского экспериментирования. Требования к нему примерно те же, что и для младшего возраста, но набор материалов шире, и представлены они постоянно. Также надо показать детям способы фиксации процесса и результата экспериментов, внести бумагу и ручку для самостоятельных зарисовок. Это будет способствовать развитию исследовательских умений, планирования, целеполагания.

В среднем дошкольном возрасте проявляется высокий интерес к языку, речи. По возможности, надо приобрести в группу технические средства (проектор, фильмоскоп, диктофон, магнитофон). Также большое место уделяется книгам: должны быть представлены не только художественные книги, но и познавательная и справочная литература для детей, обучающие книги и рабочие тетради. Воспитатели записывают творческие рассказы детей в альбомы, дети могут иллюстрировать их рисунками.

Старший дошкольный возраст

При переходе ребенка в старшую и, в особенности, в подготовительную группу, начинает меняться его психологическая позиция: он впервые начинает ощущать себя старшим среди детей детского сада. Важно поддержать это ощущение такой организацией среды, при которой ребенок будет активно проявлять познавательную активность, самостоятельность, ответственность, инициативу. Воспитателю следует чаще привлекать старших дошкольников к созданию окружающей обстановки, спрашивая мнение по поводу предстоящих действий по изменению среды, вовлекать в сам процесс преобразований.

Характерной особенностью старших дошкольников является появление интереса к проблемам, выходящим за рамки личного опыта. Через книги и предметы ребенок знакомится с животными и растениями дальних стран, с обычаями и внешним видом разных народов и эпох, с многообразными жанрами живописи и другими видами искусства.

Пространство группы желательно «разбить» на небольшие полузамкнутые микро пространства (в которых могут находиться одновременно 3-6 человек), поставив стеллажи торцом к стенам и хорошо закрепив их. Необходимо, чтобы дети вместе с воспитателем могли по собственному замыслу несколько раз в год менять пространственную организацию среды. Для этой цели также подойдут небольшие ширмы, деревянные или металлические каркасы и отрезы ткани, крупный модульный материал или обычные картонные коробки большого размера, окрашенные или оклеенные пленкой.

Предметно-игровая среда строится так, чтобы дети могли участвовать во всем многообразии игр: сюжетно-ролевых, строительно-конструктивных, режиссерских, театральных, народных, хороводных, развивающих, в играх с готовым содержанием и правилами, в подвижных играх и спортивных развлечениях.

В сюжетно-ролевых играх дети отражают различные сюжеты: бытовые (магазин, семья), трудовые (строительство дома, доктор, школа), общественные (праздники, путешествия), содержание любимых литературных произведений и кинофильмов. Атрибутика игр для старших дошкольников более детализирована. Размер оборудования и игрушек лучше небольшой — для игр на столе. Допустимо и крупное напольное оборудование, если дети активно и длительно играют. Большая часть оборудования хранится в коробках, на которых есть картинка и надпись для узнавания игры, дети самостоятельно определяют, в какие игры будут играть. «Развернуты» только те игры, в которые дети играют; игры могут длиться несколько дней и даже недель. В группе должна быть коробка с бросовым материалом, пластиковой и картонной упаковкой, отходами бумаги, ткани, меха, кожи, картона и др. материалов для изготовления по ходу игры недостающих атрибутов. Желательно включить альбомы, книги-самоделки с описанием последовательности изготовления различных игрушек для расширения содержания игр, ножницы, клей, скотч, фломастеры и другие материалы.

В группе специальное место и оборудование выделено для игротеки. Это дидактические, развивающие и логико-математические игры, направленные на развитие логического действия сравнения. Обязательны тетради на печатной основе, познавательные книги для дошкольников. Также представлены игры на развитие умений счетной и вычислительной деятельности.

Замечено, что старшие дошкольники, умеющие играть в разные игры с правилами, успешно осваивают учебную деятельность в школе. Игр с правилами огромное многообразие, это и лото, и домино, и маршрутные игры («ходилки»). Г лавный принцип отбора — игры должны быть интересными для детей, носить соревновательный характер, вызывать желание играть и без участия взрослого.

Важная задача — развитие фонематического слуха. С этой целью воспитатель может предлагать детям в течение дня подбирать предметы и игрушки, названия которых начинаются с определенного звука, или этот звук есть в середине, конце слова. Для развития связной речи, стимулирования воображения и творчества в центре грамотности размещается 5-6 рамок (картонных или деревянных) и множество вырезанных из старых журналов картинок. Пусть ребенок покопается в кипе, выберет несколько разных картинок и разложит их в рамки в определенной последовательности, придумает и расскажет сюжет по этим картинкам.

Изобразительная деятельность — одна из самых любимых для старших дошкольников. Кроме обычных материалов (бумага, картон, карандаши, фломастеры, краски, кисти), необходимо включить схемы-способы создания образов с помощью разнообразных техник. Желательно иметь пооперационные карты, отражающие последовательность действий по созданию какого-либо образа из глины, бумаги, других материалов. Книги и альбомы самоделок также помогут дошкольникам в изготовлении каких-либо конструкций и поделок. Рядом или в других местах группы надо отвести место для демонстрации созданных детьми работ. Можно крепить детские работы не только на стенках, но и подвешивать с помощью нитей к потолку, заполняя работами воздушное пространство группы.

Организация самостоятельной повседневной трудовой деятельности диктует необходимость создания творческих мастерских, позволяющих детям работать с тканью, деревом, бумагой, мехом и др. материалами.

При организации детского экспериментирования стоит новая задача: показать детям различные возможности инструментов, помогающих познавать мир, например, микроскоп. Если позволяют условия в детском саду, желательно для старших дошкольников выделить отдельную комнату для экспериментов с использованием технических средств. А в группе оставить только небольшую часть оборудования для экспериментирования с материалами, шарами, подвесами, водой, природными материалами.

Важная роль в развитии ребенка отводится конструктивной деятельности. Для этого в среду группы помещают конструкторы и строительные наборы, выполненные из разного материала (пластика, дерева, металла), напольные и настольные, с разнообразными способами крепления деталей, разной тематической направленности. Кроме самих наборов необходимо включить в среду группы разнообразные схемы-образцы построек, фотоальбомы (с фотографиями архитектурных сооружений и детских построек), тетради для зарисовки схем созданных детьми конструкций.

Наряду с художественной литературой в книжном уголке должна быть представлена справочная, познавательная литература, общие и тематические энциклопедии для дошкольников. Желательно книги расставить в алфавитном порядке, как в библиотеке, или по темам (природоведческая литература, сказки народные и авторские, литература о городе, стране и т.п.).

У старших дошкольников начинает активизироваться интерес к будущему школьному обучению. Целесообразно выделить учебную зону, чтобы обстановка группы была приближена к учебной среде класса: поставить столы рядами, повесить школьную доску. В будущем это в определенной степени поможет адаптироваться к учебной среде класса.

Важная задача — развитие рефлексии, формирование адекватной самооценки. Необходимо показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий. Для этого успехи ребенка важно фиксировать рисунками или пиктограммами.

Умение планировать очень пригодится ребенку и в школе, и в жизни. План фиксируется разными способами записывается воспитателем, обозначается знаками, картинками). Для этого в группе надо иметь список имен детей, выставляя напротив каждого имени карточку с планом. Это легко сделать с помощью скотча, или закрепив на стене кусок белых обоев (на которых и вести записи), по мере необходимости обои прокручивать до чистого места.

Привлекают старших дошкольников возможности изменения имиджа, внешнего вида. Для этого можно внести в группу зеркала, краски для грима, парички из ниток, старых колготок, детали одежды взрослых людей. Например, такие как шляпа, галстук, длинная пышная юбка, солнечные очки, шаль, пилотка стюардессы, капитанская фуражка.

Для старших дошкольников расширяются возможности познания родного края, страны. В группу вносится герб города, края, в котором живут дети, герб и флаг страны. Изготавливаются газеты о том, как дошкольники путешествуют по родным местам с родителями, какие впечатления у них появились во время этих путешествий, что запомнилось больше всего. На карте страны отмечается место нахождения детского сада, а также те места (в стране, мире), в которых побывали дети группы. А рядом можно прикрепить рассказы детей об этих местах, о людях и их обычаях, фотографии. Можно вместе с детьми сделать макеты, отражающие содержание, с которым знакомятся дошкольники (деревня, древнее поселение, Петровская ассамблея).

В старшем дошкольном возрасте воспитатель продолжает расширять область социально-нравственных ориентации и чувств детей. В группе отводится место, в котором постоянно вывешиваются картинки с различными ситуациями, отражающими поступки людей и варианты реагирования на это («+» — правильно, возможно, «-» так поступать нежелательно). Предлагаются игры, в которых дети конструируют эмоциональные проявления людей, например, «Конструктор эмоций». Для него нужна основа (подкладка) и набор деталей, из которых составляется лицо человека: овал лица, брови, глаза, нос, рот. Детали представлены в 4-5 вариантах. Ребенок «набирает» лицо человека и определяет его эмоциональное состояние, возраст, пол, характер, составляет творческий рассказ о полученном изображении.

**4.Дополнительный раздел**

**4.1. Краткая презентация программы**

Рабочая программа (далее РП) разработана с учетом возрастных особенностей воспитанников и в соответствии с ФГОС. При составлении РП использовалась научно-методическая литература.