

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА ГИМНАЗИЯ № 22

«Утверждено»
на заседании
педагогического совета
Протокол №1 от 22.08.2024 г.
Секретарь педсовета

Бухарина О.В.

Введено в действие
приказом № 46-ДУ
по МАОУ гимназии №22
от 08.08.2024 г.

Директор МАОУ гимназии №22

Глыбина Т.А.



Рабочая программа

Инструктора по физической культуре дошкольного уровня образования
гимназии № 22 составлена на основе
Федерального государственного образовательного стандарта
дошкольного образования
Федеральной образовательной программы дошкольного образования
для всех возрастных групп детей 2-7 лет.

Срок реализации программы: 2024-2025 учебный год

Разработчики программы:

Романцева Е.В., инструктор по ФИЗО

Калининград, 2024г.

Содержание

№	Наименование раздела	стр.
I.	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	3
II.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
2.1.	Пояснительная записка	4
2.1.1.	Цель программы	4
2.1.2.	Задачи программы	5
2.1.3.	Принципы построения программы	5
2.2.	Планируемые результаты	6
2.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	8
III.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	8
3.1.	Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по «Художественно-эстетическому развитию. Музыкальное развитие.»	8
3.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	12
3.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	15
3.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	16
3.5.	Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями обучающихся	18
3.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	21
3.7.	Рабочая программа воспитания	21
IV.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	25
4.1.	Календарный учебный график	25
4.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	27
4.3.	Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	28
4.4.	Перечень музыкальных произведений для реализации Федеральной программы	31
4.5.	Календарный план воспитательной работы	33
Приложение. Календарно-тематическое планирование по всем возрастным группам		36

I. Общие положения

Настоящая Рабочая программа по физической культуре дошкольного уровня образования муниципального автономного общеобразовательного учреждения города Калининграда гимназии № 22 (далее – Программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. №1155 (с изменениями на 08 ноября 2022г., приказ Министерства просвещения РФ от 08 ноября 2022г. № 955)
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022г. № 1028 и на основе нормативно-правовых документов:
- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 сентября 2022г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Приказ Министерства Российской Федерации от 01 декабря 2022г. № 1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020г. № 373»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Методические рекомендации Минпросвещения России от 03 марта 2023г. по реализации федеральной образовательной программы дошкольного образования;
- Устав МАОУ гимназии № 22.
- Основная образовательная программа МАОУ гимназии № 22 ДУ

Программа позволяет реализовать несколько основополагающих функций дошкольного образования:

1) обучение и воспитание ребёнка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на соответствующем его возрасту содержании доступными средствами;

2) создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к традиционным духовно-нравственным социокультурным ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

3) создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в общеобразовательную организацию, обеспечивающего ребёнку и его родителям (законным представителям) равные, качественные условия ДО, в независимости от места проживания.

Реализация Программы предполагает интеграцию задач обучения и воспитания в едином образовательном процессе, предусматривает взаимодействие с разными субъектами образовательных отношений; обеспечивает основу для преемственности уровней дошкольного и начального общего образования.

Срок реализации программы 2023-2024 учебный год.

В общей системе дошкольного образования физическое развитие детей занимает важное место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, общая выносливость, работоспособность и другие качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности.

II. Целевой раздел

2.1. Пояснительная записка

2.1.1. Цель программы:

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

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России¹.

¹ Пункт 5 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно- нравственных ценностей, утверждённых Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 46, ст. 7977).

2.1.2. Задачи программы:

обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;

приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;

создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

2.1.3. Принципы построения программы ДО, установленные ФГОС ДО:

1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);

4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

6) сотрудничество ДОО с семьей;

- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

2.2. Планируемые результаты реализации Федеральной программы:

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

В соответствии с периодизацией психического развития ребёнка согласно культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от одного года до трех лет) и дошкольный возраст (от трех до семи лет).

Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

ребёнок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и тому подобное).

Планируемые результаты в дошкольном возрасте.

К четырем годам:

ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

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

ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

К пяти годам:

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

ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

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

К шести годам:

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

ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.

***Планируемые результаты на этапе завершения освоения
Федеральной программы (к концу дошкольного возраста):***

у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

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

ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.

2.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

ФОП стр. 17-20

III. Содержательный раздел Федеральной программы по «Физическому развитию»

3.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по «Физическому развитию»

От 2 лет до 3 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;

поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;

формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;

укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

ФОП ДОп. 22.3.2. стр. 82 -

От 3 лет до 4 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

ФОП ДОп. 22.4.2. стр. 117 - 119

От 4 лет до 5 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности.

ФОП ДО п. 22.5.2. стр. 120 - 123

От 5 лет до 6 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

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

Содержание образовательной деятельности.

ФОП ДО п. 22.6.2. стр. 124 - 129

От 6 лет до 7 лет.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;

поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;

воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности.

ФОП ДО п. 22.7.2. стр. 129 - 135

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

3.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Федеральной программы

Формы работы

В системе физического воспитания в ДОУ используются следующие основные организационные формы двигательной активности детей:

1. Физкультурные занятия, Утренняя гимнастика, Подвижные игры
2. Физминутки, физкультурные паузы
3. Оздоровительно-профилактическая гимнастика
4. Гимнастика после сна
5. Закаливание
6. Физические упражнения и игры
7. Спортивные праздники и физкультурные досуги
8. Спортивные соревнования
9. Интегративная деятельность
10. Проектная деятельность
11. Проблемная ситуация
12. Психогимнастика
13. Элементы оздоровительной детской йоги
14. Совместная деятельность взрослого и детей
15. Контрольно-диагностическая деятельность

Способы организации двигательной деятельности.

1. Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

2.Поточный способ. Дети друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

3.Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Средства двигательной деятельности.

Для решения задач физического воспитания дошкольников используются различные **средства**: гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения и др. Комплексное использование всех этих средств разносторонне воздействует на организм, способствует физическому воспитанию детей.

Гигиенические факторы играют важную роль в физическом воспитании.

Они включают в себя режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиену одежды, обуви, уборку групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий.

Здоровье человека невозможно без правильного, научно обоснованного, полноценного питания. От этого зависит функционирование желудочно-кишечного тракта, энергообмен в организме. Ребенок, получающий нормальное питание, растет и развивается правильно, гармонично.

Достаточно длительный, здоровый сон обеспечивает отдых и повышает работоспособность нервной системы.

Правильное освещение, соответственно подобранная мебель предупреждают заболевания глаз, нарушение осанки.

Соблюдение режима дня и двигательная активность приучают ребенка к организованности, дисциплинированности, готовности и в дальнейшем, в школе, соблюдать режим работы и отдыха.

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) повышают функциональные возможности и работоспособность организма. Они имеют огромное значение в закаливании организма, тренировке механизмов терморегуляции. Использование природных факторов в сочетании с физическими упражнениями повышает обменные процессы, приспособительные и защитные функции организма ребенка.

Физические упражнения – элементарные движения, составленные из них двигательные действия и их комплексы, систематизированные в целях физического развития.

Методы физического развития.

Эффективность физического развития и оздоровления дошкольников во многом зависит от правильного подбора педагогических методов.

В физическом развитии дошкольников применяются группы методов:

- **специфические**, т.е. методы, которые применяются только для процесса физического развития;
- **общепедагогические**, т.е. методы, которые применяются во всех случаях обучения и воспитания. **Специфические методы:**
 - *Метод строго регламентированного упражнения* (каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точной нагрузкой и интенсивностью).
 - *Игровой метод* (использование упражнений в игровой форме).
 - *Соревновательный метод* (применение упражнений в соревновательной форме).
 - *Метод круговой тренировки* (ребенок, передвигаясь по заданному кругу, выполняет определенные задания или упражнения).

Общепедагогические методы:

Словесные методы (применяются для осознанного выполнения упражнений) к ним относятся:

- названия упражнений;
- описание;
- объяснения;
- указания;
- команды;
- вопросы к детям и др.

Практические методы (формируют представления о движении, восприятия, двигательные ощущения, развивают сенсорику). К ним относятся:

- показ физических упражнений;
- имитация (подражательные упражнения).

3.3. Особенности ОД разных видов и культурных практик

Основной организационной формой двигательной активности в ДОУ является физкультурное занятие.

Структура физкультурного занятия в зале.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 1 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств

(ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

10 мин. – группа раннего возраста

15 мин. – младшая группа

20 мин. – средняя группа

25 мин. – старшая группа

30 мин. – подготовительная к школе группа

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе.

Второе физкультурное занятие проводится на улице, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под строгим контролем инструктора по физической культуре в соответствии с учебным планом, учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период. В занятиях на свежем воздухе большое внимание уделяется играм. В игровых заданиях, подвижных играх в эстафетах закрепляются приобретенные навыки, умения и основные виды движений, а также физические качества.

3.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Формы самостоятельной инициативной деятельности	1. Совместная деятельность взрослого с детьми, основанная на поиске вариантов решения проблемной ситуации, предложенной самим ребенком. 2. Проектная деятельность. 3. Наблюдение и элементарный бытовой труд в центре экспериментирования рукотворного мира и живой природы. 4. Совместная деятельность взрослого и детей по преобразованию предметов. 5. Создание условий для самостоятельной деятельности детей в
---	---

	центрах активности.
Условия для поддержки детской инициативы	Для поддержки детской инициативы педагог должен учитывать следующие условия: • уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы; • организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности; • расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов; • поощрять проявление детской инициативы в течение всего времени пребывания ребенка на занятии, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы; • создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата; • поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремление к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата; • поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения. • внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию. Если ребенок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребенка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
Способы и приемы поддержки	Поддержка детской инициативы осуществляется всеми участниками образовательного процесса: воспитателями, специалистами, родителями и иными сотрудниками детского сада и реализуется с помощью следующих способов и приемов: • Не следует сразу помогать ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки

	найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребенку, педагог сначала стремится к ее минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт. • У ребенка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий. • Особое внимание педагог уделяет общению с ребенком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Важно уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах. • Педагог может акцентировать внимание на освоении ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребенка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения. Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка. В пространстве физкультурного зала появляются предметы, побуждающие детей к проявлению физической и интеллектуальной активности. Это могут быть новые игры и оборудование, зашифрованные записи, посылки письма-схемы и пр. Разгадывая загадки, заключенные в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения, испытывают радость открытия и познания.
--	--

3.5. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями обучающихся

Цели:

1. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи;

2. повышение воспитательного потенциала семьи.

Задачи:

- 1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства РФ, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;
- 2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;
- 3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- 4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;
- 5) вовлечение родителей законных представителей в образовательный процесс.

Принципы:

- 1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребенка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка;
- 2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребенка в ДОО и семье;
- 3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;
- 4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;

5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребенка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

План взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся

Месяц	Формы и методы работы	Цель и Задачи	Возрастная группа
Сентябрь - Май	1.Консультация онлайн «Значение двигательной активности в Адаптационный период» 2. Открытые ОД	Познакомить родителей с режимом дня, двигательной активности детей раннего возраста 2. Познакомить родителей с двигательной активностью детей и созданием психологически благоприятного климата на занятиях по ФИЗО в период адаптации.	Ранний возраст
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: 1.«Давайте познакомимся» (Спортивная форма, режим дня) 2. Выступление на родительском собрании «Здоровому- все здорово» 3. Нормы ГТО для дошкольников	Повышение педагогической компетенции родителей.	Младший возраст Средний возраст Старший возраст
Октябрь	Информационный лист «спортивный Калининград»	Привлечение внимания родителей (законных представителей) к вопросу о здоровом образе жизни.	Все возрастные группы
Ноябрь	Выставка творческих работ «Мы за ЗОЖ»	Создание условий для творческой совместной деятельности детей и родителей.	Все возрастные группы
Декабрь	1.Открытые показы ОД 2. Консультация «Двигательная активность с детьми зимой»	1.Познакомить родителей с организацией физкультурно – оздоровительной и здоровьесберегающей работой ДО. 2.Познакомить родителей с условиями оптимального двигательного режима для оздоровления детей в зимний	Младший и средний возраста Все возрастные группы

		период.	
Январь	1. Буклет «Подвижные игры зимой» 2. Выступление на родительском собрании «выбор спортивного оборудования для занятий спортом дома.»	Расширить знания родителей о многообразии любимых игр детей зимой. Повышение педагогической компетенции родителей.	Все возрастные группы
Февраль	«Семейные старты». Развлечение, посвященное ко Дню Защитника Отечества	Установление эмоционально – положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной – игровой деятельности.	Младший возраст Средний возраст
Март	1.Консультация «Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребёнка» 2. Конкурс творческих работ « Спортивная мама» (плакаты, буклеты, газеты)	1.Познакомить родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образ жизни, к заботе о своём здоровье. 2.Привлечь родителей к формированию интереса детей к физической культуре.	Все возрастные группы
Апрель	1.Спортивные соревнования с родителями на улице «Самая спортивная семья»	Установление эмоционально – положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательной – игровой деятельности.	Все возрастные группы
Май	1.Выступление на родительских собраниях «Наши достижения» 2. Буклет «Осторожно - Лето»	Подведение итогов физкультурно – оздоровительной работы в ДО. Пропаганда ЗОЖ, пополнить багаж знаний родителей с формами подвижной игровой деятельности и их организацией в летний период.	Все возрастные группы

3.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

ЗАДАЧИ	НАПРАВЛЕНИЯ	СОДЕРЖАНИЕ
– определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации в ДОО; – своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами;	КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми – инвалидами согласно нозологическим группам	ФОП ДО, п.28. стр.167-170 ФОП ДО, п.28.5. стр.170

- Ценности - жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания.
- Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

Задачи воспитания в образовательной области Физическое развитие направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

- формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами;
- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

Целевые ориентиры воспитания:

- Деятельность педагога нацелена на перспективу становления личности и развития ребенка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные "портреты" ребенка к концу раннего и дошкольного возрастов.
- В соответствии с ФГОС ДО оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам):

Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы.

Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих.

Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.

Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности.

Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.

Воспитательная работа педагогов МАОУ гимназия №22 ДУ с детьми основывается на духовно-нравственных и социокультурных ценностях и принятых в обществе правилах и нормах поведения в интересах человека, семьи, общества и опирается на **семь принципов**:

Название принципа	Характеристика
Принцип гуманизма	Приоритет жизни и здоровья человека, прав и свобод личности, свободного развития личности; Воспитание взаимоуважения, трудолюбия, гражданственности, патриотизма, ответственности, правовой культуры, бережного отношения к природе и окружающей среде, рационального природопользования
Принцип ценностного единства и совместности	Единство ценностей и смыслов воспитания, разделяемых всеми участниками образовательных отношений, содействие, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение
Принцип общего культурного образования	Воспитание основывается на культуре и традициях России, включая культурные особенности региона
Принцип следования нравственному примеру	Пример как метод воспитания позволяет расширить нравственный опыт ребенка, побудить его к открытому внутреннему диалогу, пробудить в нем нравственную рефлексию, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать ребенку реальную возможность следования идеалу в жизни
Принципы безопасной жизнедеятельности	Защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения
Принцип совместной деятельности ребенка и взрослого	Значимость совместной деятельности взрослого и ребенка на основе приобщения к культурным ценностям их освоения.
Принцип инклюзивности	Организация образовательного процесса, при котором все дети, не зависимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему образования.

Условия работы с особыми категориями детей.

По своим основным задачам воспитательная работа в МАОУ гимназия №22 ДУ не зависит от наличия (отсутствия) у ребенка особых образовательных потребностей.

В основе процесса воспитания детей в нашем детском саду лежат традиционные ценности российского общества. (Описываем, какие особые условия воспитания созданы для отдельных категорий обучающихся, имеющих особые образовательные потребности: дети с инвалидностью, дети с ограниченными возможностями здоровья, дети из социально уязвимых групп (воспитанники детских домов, дети из семей мигрантов и так далее), одаренные дети и другие категории).

Инклюзия подразумевает готовность образовательной системы принять любого ребенка независимо от его особенностей (психофизиологических, социальных, психологических, этнокультурных, национальных, религиозных и других) и обеспечить ему оптимальную социальную ситуацию развития.

Программа предполагает создание следующих условий, обеспечивающих достижение целевых ориентиров в работе с особыми категориями детей:

- направленное на формирование личности взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку с особыми образовательными потребностями предоставляется возможность выбора деятельности, партнера и средств; учитываются особенности деятельности, средств ее реализации, ограниченный объем личного опыта детей особых категорий;
- формирование игры как важнейшего фактора воспитания и развития ребенка с особыми образовательными потребностями, с учетом необходимости развития личности ребенка, создание условий для самоопределения и социализации детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения;
- создание воспитывающей среды, способствующей личностному развитию особой категории дошкольников, их позитивной социализации, сохранению их индивидуальности, охране и укреплению их здоровья и эмоционального благополучия;
- доступность воспитательных мероприятий, совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности с учетом особенностей развития и образовательных потребностей ребенка; речь идет не только о физической доступности, но и об интеллектуальной, когда созданные условия воспитания и применяемые правила должны быть понятны ребенку с особыми образовательными потребностями;
- участие семьи как необходимое условие для полноценного воспитания ребенка дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями.

IV. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Календарный учебный график

В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду.

Возраст детей	Возрастная группа	Количество занятий в неделю	Общее количество занятий	Продолжительность занятия
2-3 года	Группа раннего возраста	3	108	7-10 минут
3-4 года	Младшая группа	2	72	До 15 минут
4-5 лет	Средняя группа	2	72	До 20 минут
5-6 лет	Старшая группа	2	72	До 25 минут
6-7 лет	Подготовительная к школе группа	2	72	До 30 минут

Занятия проводятся в соответствии с требованиями ФГОС ДО и СанПиН 2 раза в неделю: 1 занятие в спортивном зале, второе занятие на улице (территория спортплощадки ДО).

Утренняя гимнастика проводится каждый день (в холодный период в помещении ДОУ; в тёплый период на улице)

Организация двигательного режима

Виды двигательной активности в режиме дня	возраст			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1. Утренняя гимнастика	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
2. Физкультурные занятия	1 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 15 мин	1 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 20 мин	1 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 25 мин	1 раза в неделю в зале, 1 раз на улице 30 мин

3. Гимнастика, стимулирующ. деятельность речевых центров.	Ежедневно 2-3 мин.	Ежедневно 2-3 мин.	Ежедневно 2-3 мин.	Ежедневно 2-3 мин.
5. Физические упражнения и игровые задания.	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
6. Физкультминутки	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин	Ежедневно 2-3 мин
7. Подвижные игры на прогулке (утром и вечером) - сюжетные - бессюжетные - игры-забавы - эстафеты - аттракционы	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
8. Гимнастика после сна	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
9. Дозированный бег	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
8. Физкультурный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
9. День Здоровья	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
10. Спортивный праздник	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год	2 раза в год
11. Самостоятельная двигательная активность	ежедневно для всех возрастов			

4.2. Организация работы по взаимодействию с другими участниками образовательного процесса.

Взаимодействие со специалистами.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя.

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. воспитатель интегрирует образовательную область

«Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. «Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а также в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. «Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя.

Музыка воздействует:

на эмоции детей;

создает у них хорошее настроение;

помогает активировать умственную деятельность;

способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;

освобождает инструктора или воспитателя от подсчета; привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, являются:

-Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);

-Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;

-Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

4.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды образовательной области «Физическое развитие».

В гимназии созданы все условия для полноценного развития детей. Созданы специальные педагогические условия здоровьесбережения и здоровьесокрепления. В МАОУ имеется один физкультурный зал и спортивная площадка, оснащенные оборудованием и инвентарем.

Физкультурный зал располагается в здании МАОУ гимназии № 22, в здании дошкольного уровня образования на втором этаже.

Спортивный зал предназначен для проведения непрерывно непосредственной образовательной деятельности, проведения спортивных праздников, развлечений, досугов.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Параметры	Характеристика параметров
Общая площадь (кв. м)	102,8 м ²
Освещение естественное	большие окна
Освещение искусственное	лампы дневного света с защитой
Уровень освещенности	норма
Наличие системы пожарной безопасности	имеется
Наличие системы отопления	имеется
Возможность проветривания помещения	имеется
Поверхность пола (удобная для обработки)	имеется

Инфраструктура предметно – развивающей среды физкультурного зала

Название зоны	Цель	Задачи
Двигательно – игровая зона	Целенаправленное педагогическое воздействие на развитие основных движений, тренировку	Укреплять здоровье детей; Развивать двигательные навыки и физические качества; Расширять двигательный опыт; Создавать положительный эмоциональный настрой.

	физиологических	
Зона спортивного оборудования: - традиционного, - нестандартного	Разнообразие организации двигательной деятельности детей	Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в самостоятельной деятельности; Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий; Оптимизация режима двигательной активности; Повышать интерес к физическим упражнениям; Расширять круг представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении.
Зона метания	Ознакомление с различными способами метания	Развивать глазомер; Закреплять технику метания; Укреплять мышцы рук и плечевого пояса.
Зона прыжков	Создание условий для обучения прыжкам разного вида в соответствии с возрастом и Программой	Обучать технике прыжков; Развивать силу ног, прыгучесть; Использовать специальное оборудование.
Зона «Спортивный комплекс»	Создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности	Овладеть техникой различных способов и видов лазанья; Развивать ловкость, силу, смелость при выполнении упражнений на кольцах.

Функциональное использование:

- все формы работы инструктора физкультуры.

Развивающая предметно- пространственная среда — часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством

(помещениями, участками и т.п., материалами, оборудованием, и инвентарем, для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии с ФГОС ДО и Федеральной образовательной программой **развивающая предметно-пространственная среда** создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть:

- **содержательно- насыщенной** – включать средства обучения (в том числе технические материалы (в том числе расходные, инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; 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.
- **трансформируемой** – обеспечить возможность разнообразного использования составляющих развивающей предметно-пространственной среды (например, маты, мягкие модули, природные материалы) в разных видах детской активности;
- **доступной** обеспечить свободный доступ воспитанников (к играм, игрушкам, материалам, тренажерам, пособиям).
- **безопасной**- все элементы развивающей предметно-пространственной среды должны соответствовать требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими, как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства физкультурных залов, спортивного участка, физкультурных уголков в группах, материалов, оборудования и инвентаря для физического развития.

Физкультурный зал соответствуют государственным санитарно-эпидемиологическим требованиям, нормам и правилам пожарной безопасности. Спортивный зал заполнен необходимым спортивным оборудованием, которое позволяет увлечь детей двигательной активностью.

4.4 Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Материально-техническое обеспечение программы

- Ноутбук

- мр-3-проигрователь
- скамейки
- кладовая для спортивного инвентаря

Оборудование физкультурного зала

- спортивный комплекс
- гимнастические стенки
- приставные лестницы (с зацепом).
- гимнастические скамейки
- тропа «здоровья»
- ребристые дорожки
- сухой бассейн
- передвижные туннели
- многофункциональные модули
- дуги разной величины
- тренажеры
- маты гимнастические
- канаты
- фитболы
- нестандартное спортивное оборудование **Инвентарь:**
- гимнастические палки
- обручи различного диаметра
- флажки, кубики, веревочки, ленточки, погремушки
- скакалки
- мячи разного диаметра
- мешочки с песком
- гантели детские
- массажеры для стоп

На территории гимназии имеется спортивная площадка, которая помогает при подготовке детей к различным соревнованиям, проведению эстафет, спортивных развлечений и праздников. Спортивная площадка оборудована спортивными снарядами, воротами для подлезания, ямой для прыжков длину с разбега и с места, щитами для баскетбола и волейбола.

Опыт показал, что использование на занятиях различного инвентаря повышает интерес и удовольствие, а также двигательную активность, внимание, координацию. Поэтому в детском саду особое внимание уделяется приобретению

и обновлению оборудования спортивного зала, физкультурных уголков, спортивной площадки.

Все приобретаемое оборудование соответствует обязательным требованиям, установленным техническими регламентами и стандартами, изготовлено из безвредных для здоровья детей материалов. Спортивное оборудование закреплено и проверено, на основании чего составлен акт испытания спортивного оборудования и инвентаря. Все оснащение спортивных залов эстетически привлекательно, имеет современный дизайн, яркую окраску и изготовлено из современных материалов. Все оборудование и оснащение зала проходит санитарную обработку в соответствии с нормами СанПиН.

В спортивном зале созданы все условия для сохранения психического и физического здоровья каждого ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия. Предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала, способствует общению и совместной деятельности детей и взрослых.

Перечень методической литературы

1. Министерство просвещения РФ «Федеральная Образовательная программа дошкольного образования» М.: 2022 г.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.:Мозайка-Синтез, 2015. – 128 с.
3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа
4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа- М.:Мозайка-Синтез, 2015. – 128 с.
5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Система работы в старшей группе - М.:Мозайка-Синтез, 2012. – 128 с.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа- М.:Мозайка-Синтез, 2015. – 112 с.
7. Методическая разработка для слушателей. Физическое воспитание. Иметодико-педагогический контроль за физическим воспитанием. Л.И.Валеева, Иж.: 2009г
8. Физкультурные праздники. Н.Лукина, Л.Чадова, Москва «АйрисПресс» 2006.
9. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. В.Г.Фролова, Г.П.Юрко, Москва «Просвещение» 1983г.
10. Малыши играют в шашки. В.Г.Гришин, Москва «Просвещение» 1991г.
11. Спортивные игры и упражнения в детском саду. Э.Й.Адашкявичене, Москва «Просвещение» 1992.
12. Здоровый малыш программа оздоровления детей в ДОУ. З.И.Береснева, М.: «Творческий центр», 2005.
13. Игры с мячом и ракеткой. В.Г.Гришин, М.: «Просвещение», 1975г.
14. Подвижные игры для дошкольников. И.А. Агапова, М.А.Давыдова, М.: «АРКТИ», 2008г

15. 300 подвижных игр для оздоровления детей. В.Л.Страковская, М.: «Новая школа», 1994г.
16. Подвижные игры: хрестоматия и рекомендации. Е.А.Тимофеева, Е.А. Сагадчаная, Н.Л.Кондратьева. М.: «Воспитание дошкольника», 2008г
17. Движение день за днем. М.А.Рунова, М.: «Линка-пресс», 2007г
18. Учебно-методическое пособие для слушателей. Закаливание детей в дошкольном учреждении. Л.В.Валеева, Иж.: 2009г
19. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников. О.В.Козырева, М.: «Просвещение», 2007г

4.5. Федеральный календарный план воспитательной работы

План является единым для ДУ МАОУ гимназии № 22.

Все мероприятия проводятся с учетом особенностей Программы, а также возрастных, физиологических и психоэмоциональных особенностей обучающихся.

ФЕВРАЛЬ

- 23 февраля: День защитника Отечества.

МАРТ

- 8 марта: Международный женский день;

АПРЕЛЬ

- 12 апреля: День космонавтики;

МАЙ

- 1 мая: Праздник Весны и Труда;

- 9 мая: День Победы;

ИЮНЬ

- 1 июня: День защиты детей;

- 6 июня: День русского языка;

- 12 июня: День России;

ИЮЛЬ

- 8 июля: День семьи, любви и верности.

АВГУСТ

- 12 августа: День физкультурника;

- 22 августа: День Государственного флага Российской Федерации;

СЕНТЯБРЬ

- 1 сентября: День знаний;

- 27 сентября: День воспитателя и всех дошкольных работников.

ОКТЯБРЬ

- 1 октября: Международный день пожилых людей; Международный день музыки;
 - 4 октября: День защиты животных;
- Третье воскресенье октября: День отца в России.

НОЯБРЬ

- 4 ноября: День народного единства;
- Последнее воскресенье ноября: День матери в России;
- 30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации.

ДЕКАБРЬ

- 3 декабря: День неизвестного солдата; Международный день инвалидов;
- 12 декабря: День Конституции Российской Федерации;
- 31 декабря: Новый год.

2.1. Учебно - тематические планы

Ранний возраст 2-3 года

№	Программные задачи	Средства реализации	Кол-во занятий
1-2	Упражнять детей в ходьбе и беге не наталкиваясь друг на друга, формировать умение действовать по сигналу воспитателя	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
3-4	Упражнять детей в катании мяча в паре с воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
5-6	Развивать умение прыгать на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; катать шары двумя руками друг другу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
7-8	Упражнять в ходьбе «Стаякой» за воспитателем. Развивать умение проползать в вертикально стоящий обруч за игрушкой.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
9-10	Упражнять в проползании в воротца; прокатывании мяча одной рукой (правой и левой) воспитателю.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
11-12	Упражнять в подпрыгивании до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; проползании в вертикально стоящий обруч и в воротца	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
13-14	Упражнять детей выполнять действия по сигналу воспитателя; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с колечками.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
15-16	Упражнять детей в подползании под веревку; прокатывании мяча одной и двумя руками	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
17-18	Упражнять детей в подпрыгивании до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; учить подползать под дугу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
19-20	Учить детей согласовывать свободные движения рук и ног при ходьбе. Упражнять в подпрыгивании до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
21-22	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить прокатывать мяч под дугу и проползать за ним.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2

23-24	Упражнять детей в беге в разных направлениях; развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
25-26	Учить детей в проползании в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
27-28	Упражнять в подползании под веревку, приподнятую на 50 см от пола, за стоящей впереди игрушкой; катании мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
29-30	Упражнять детей в подползании под скамейку; прокатывании мяча под скамейку одной рукой (поочередно правой и левой).	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
31-32	Упражнять детей в ходьбе «стайкой» за воспитателем. Воспитывать умение действовать самостоятельно.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
33-34	Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
35-36	Учить детей проползать в два вертикально стоящих друг за другом обруча; Скатывать мяч среднего размера с горки и скатываться вслед за ним.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
37-38	Упражнять в прыжках на двух ногах на месте с мячом в руках; проползать заданное расстояние с прокатыванием мяча перед собой.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра.	2
39-40	Упражнять в подползании под две скамейки, стоящие рядом; Прокатывании двух мячей поочередно (двумя руками).	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
41-42	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
43-44	Упражнять детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки. Продолжать учить подползать под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
45-46	Упражнять детей в перепрыгивании через веревку на двух ногах.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2

47-48	Упражнять в ходьбе перешагивая через предметы; упражнять в умении перепрыгивать через линию, веревку, лежащую на полу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
49-50	Упражнять детей в беге, догоняя катящиеся предметы. Учить перелезать через валик.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения.	2
51-52	Продолжать учить детей бегать, догоняя катящиеся предметы. Упражнять в проползании в вертикально стоящий обруч.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
53-54	Упражнять в ходьбе перешагивая через предметы; в прыжках на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
55-56	Продолжать учить перепрыгивать через веревки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
57-58	Упражнять детей в подползании под скамейку.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
59	Упражнять детей ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; в беге, догоняя катящийся предмет.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
60-61	Упражнять детей в перепрыгивании через веревку, лежащую на полу; подлезании под веревку.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
62	Упражнять детей подпрыгивать до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; прокатывать мяч одной и двумя руками под дугу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
63-64	Упражнять детей проползать в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки; ловле мяча, брошенного воспитателем.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
65	Продолжать упражнять детей в ходьбе по кругу, взявшись за руки, беге в различных направлениях.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
66-67	Упражнять детей проползании в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки; ловле мяча, брошенного воспитателем.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
68	Учить детей перебрасывать малый мяч через ленту, натянутую на уровне груди ребенка. Упражнять в	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой	1

	прыжках на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед.	подвижности.	
69-70	Учить детей ходить приставными шагами вперед, в стороны. Упражнять в подползании под скамейку.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
71	Продолжать упражнять в перепрыгивании через гимнастические палки, расположенные на расстоянии 50 см друг от друга	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
72-73	Продолжать учить прыгать на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); проползать в два вертикально стоящих обруча.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
74	Упражнять в ходьбе со сменой направления движения; в скатывании мяча с горки, скатываясь вслед за ним.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
75-76	Упражнять в беге между двумя линиями; проползании заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
77	Продолжать упражнять в ходьбе со сменой направления движения. Ловля мяча, брошенного воспитателем.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
78-79	Учить детей поочередно проходить по гимнастической доске, лежащей на полу, со страховкой педагога.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
80	Упражнять детей в ходьбе с перешагиванием через предметы. Продолжать учить прокатывать два мяча поочередно правой и левой рукой.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
81-82	Упражнять детей в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; в Подпрыгивание до погремущек, висящих выше поднятых рук ребенка.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
83	Упражнять детей в беге, догоняя катящийся предмет. Учить детей бросать мяч двумя руками снизу	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
84-85	Учить ходьбе, огибая предметы. Упражнять в проползании заданного расстояния.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
86	Упражнять в прыжках на двух ногах с места как можно дальше. Продолжать учить катать мяч между	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой	1

	предметами.	подвижности.	
87-88	Учить ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Упражнять в перелезании через бревно.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
89	Упражнять в прыжках на двух ногах как можно дальше (со зрительным ориентиром); прокатывании мячей двумя руками в произвольном направлении.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
90-91	Учить ходьбе, огибая предметы; влезании на лестницу-стремянку (попытки);	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
92	Упражнять в беге между двумя линиями, не наступая на них; прыгании на двух ногах как можно дальше.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
93-94	Учить детей ходьбе с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5—15 см.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
95	Учить детей имитировать походку медведя — передвигаться на внешней стороне стопы. Упражнять в прыжках с места на двух ногах как можно дальше.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
96-97	Продолжать развивать умения детей прокатывать мяч между предметами; проползать в вертикально стоящий обруч.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
98-99	Упражнять в ходьбе с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15см; проползание под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей игрушки.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
100	Продолжать учить детей прокатывать мяч под дугой; перепрыгивать через две параллельные линии.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
101-102	Упражнять детей в ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога; в проползании в вертикально стоящий обруч.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
103	Упражнять детей в медленном беге — до 80 м.; в прыжках на двух ногах с места как можно дальше.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
104-105	Продолжать учить влезать на стремянку с помощью взрослого (попытки).	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2

		подвижности.	
106	Упражнять детей в медленном беге — до 80 м; в прокатывании двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	1
107-108	Упражнять в подползании под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; в прокатывании мяча двумя руками и догнать его.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, игра малой подвижности.	2
Итого			108 часов

Младший возраст 3-4года

№	Программные задачи	Средства реализации	Кол-во занятий
1-2	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
3-4	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
5-6	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
7-8	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу группироваться при лазании под шнур.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
9-10	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
11-12	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
13-14	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
15-16	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2

17-18	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
19-20	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча другу, развивая координацию движений и глазомер.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
21-22	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
23-24	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
25-26	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
27-28	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
29-30	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
31-32	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия ходьбе по доске.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
33-34	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
35-36	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2

37-38	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, разкоординацию движений.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
39-40	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
41-42	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
43-44	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
45-46	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
47-48	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
49-50	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
51-52	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
53-54	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
55-56	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2

	равновесия при ходьбе на повышенной опоре.		
57-58	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
59-60	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
61-62	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
63-64	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
65-66	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
67-68	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
69-70	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
71-72	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	2
Итого			72 часа

Средний возраст 4-5 лет

№	Программные задачи	Средства реализации	Кол-во занятий
1	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1

	подпрыгивании.		
2	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
3	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
4	Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
5	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
6	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
7	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
8	Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
9	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
10	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1

11	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
12	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
13	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
14	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
15	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
16	Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
17	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
18	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
19	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
20	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием;	обучение основным видам движений, игры и игровые	1

	упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.	упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
21	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
22	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
23	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
24	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
25	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
26	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
27	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
28	Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
29	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1

	четвереньках.		
30	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
31	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
32	Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	обучение основным видам движений, выполнение элементов спорта.	1
33	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
34	Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
35	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
36	Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
37	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
38	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
39	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
40	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной	1

		интенсивности, выполнение элементов спорта.	
41	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
42	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
43	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
44	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
45	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
46	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
47	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
48	Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
49	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
50	Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
51	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога,	1

	воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную.	игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
52	Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
53	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
54	Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
55	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
56	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба широким шагом, в медленном темпе. Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом, и так последовательно повторить.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
57	Упражнять детей В ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную; повторить задания В равновесии и прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
58	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
59	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
60	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании: упражнять в умении	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной	1

	сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	интенсивности, выполнение элементов спорта.	
61	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
62	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
63	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
64	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
65	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
66	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
67	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
68	Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
69	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
70	Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары; ходьба парами, бег	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1

	врассыпную, в колонне по одному. Ходьба «змейкой» между предметами.		
71	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	Игровая ситуация, словесное пояснение, показ педагога, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	1
72	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
Итого			72 часа

Старший возраст 5-6 лет

№	Цель	Средства реализации	Кол-во занятий
1	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности,	2
2	Упражнять в построении в колонну по одному; упражнять в равновесии и прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
3	Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности,	2
4	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевать за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	1
5	Программное содержание. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	

6	Упражнять детей в непрерывном беге до 1 мин (в чередовании с ходьбой); разучить игровые упражнения с прыжками; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре «Быстро возьми».	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
7	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
8	Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер, упражнять в прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
9	Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
10	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; учить прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой рукой (элементы баскетбола); упражнять в прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
11	Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
12	Упражнять в ходьбе на носках, пятках, беге до 1,5 мин; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
13	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег врассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
14	Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег до 2 мин; учить игре в бадминтон; упражнять в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; повторить игровое упражнение с прыжками.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
15	Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения,	

	(парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках.	подвижная игра, игра малой подвижности.	
16	Упражнять в медленном беге до 1,5 мин; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках; развивать внимание в игре «Затейники».	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
17	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег враспынную; разучить переключивание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
18	Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
19	Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
20	Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; упражнять в беге и равновесии.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
21	Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
22	Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
23	Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
24	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
25	Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	

	устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу.		
26	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
27	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
28	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; повторить игру «Мороз-Красный нос».	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
29	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
30	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
31	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
32	Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с шайбой и клюшкой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
33	Упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в Кольцо, развивая ловкость и Глазомер.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
34	Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
35	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	

36	Закреплять у детей навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, спускаться с небольшого склона; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
37	Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
38	Закреплять навык скользящего шага; продолжать обучение спуску с пологого склона и подъему лесенкой> повторять игровые упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
39	Отрабатывать ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке, в прыжках с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
40	Закреплять у детей навык ходьбы на лыжах, спуска и подъема, Поворотов; повторить игровые упражнения на санках, с бегом и прыжками.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
41	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжают учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
42	Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
43	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
44	Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
45	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	

46	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
47	Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
48	Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в прыжках и беге.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
49	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
50	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая глазомер и ловкость.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
51	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
52	Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
53	Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге врассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
54	Упражнять детей в беге на дистанцию 80 м в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
55	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
56	Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	

57	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
58	Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
59	Упражнять детей в ходьбе и беге между Предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
60	Упражнять детей в прерывном беге, прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
61	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
62	Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
63	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
64	Продолжать учить детей бегу на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжкам в равновесии.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
65	Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
66	Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин; повторить игровые упражнения с мячом, бегом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
67	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
68	Упражнять в непрерывном беге между	обучение основным видам движений,	

	предметами до 2 мин; упражнять в прокатывании плоских обручей; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
69	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
70	Упражнять в беге на скорость; упражнять в бросании мяча в ходьбе и ловле его одной рукой; Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	
71	Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями.	словесного пояснения, перестроение в колонны, игровые упражнения, подвижная игра, игра малой подвижности.	
72	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; повторить подвижную игру «Не оставайся на земле», игровые упражнения с мячом.	обучение основным видам движений, игры и игровые упражнения разной интенсивности, выполнение элементов спорта.	