

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 73 пристра и оздоровления
Красногвардейского района Санкт - Петербурга

ПРИНЯТА

решением

Педагогического совета ГБДОУ

ГБДОУ детского сада № 73

Красногвардейского района

Санкт-Петербурга

(протокол от «26» 08 2020 г. № 1)

УТВЕРЖДЕНА

приказом

заведующего

ГБДОУ детского сада № 73

Красногвардейского района

Санкт-Петербурга

от «26» 08 2020 г. № 77-08



С.Г.Вишня

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по реализации образовательной программы дошкольного образования
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 73 пристра и оздоровления
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
инструктора по физической культуре
на 2020 – 2021 учебный год

Инструктор по физической культуре:
Григорьева Е.Ю.

Содержание

1. Целевой раздел программы

1.1. Пояснительная записка

2. Содержательный раздел программы

2.1. Учебный план на 2020 – 2021 учебный год

2.2. Календарный учебный график на 2020 – 2021 учебный год

2.3. Содержание образовательной работы с детьми по области «Физическое развитие».

2.4. Система педагогического мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования и образовательной программы.

2.5. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.

3. Организационный раздел программы

3.1. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

3.2. Материально – техническое оснащение программы.

3.3. Распределение видов детской деятельности в течение дня.

3.4. Структура реализации образовательной деятельности.

3.5. Организация двигательного режима в группах.

3.6. Система физкультурно – оздоровительной работы.

3.7. Обогащение развивающей предметно – пространственной среды физкультурного зала.

4. Приложения

4.1. Перспективное планирование спортивных праздников и развлечений в 2020 – 2021 учебном году.

4.2. Перспективное планирование совместной образовательной деятельности по физическому развитию (июнь –август).

I. Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ № 73 и ФГОС ДО для групп оздоровительной направленности.

Цель	<ul style="list-style-type: none"> – Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни, приобщение к здоровому образу жизни. – Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей. – Развитие двигательной и гигиенической культуры детей.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, формирование правильной осанки. – Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности; – Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. – Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ul style="list-style-type: none"> – Принцип психологической комфортности. Взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи. – Принцип индивидуализации, учета возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка. – Принцип признания каждого ребенка полноправным участником образовательного процесса. – Принцип поддержки детской инициативы и формирования познавательных интересов каждого ребенка. – Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства. – Принцип сотрудничества с семьями воспитанников. – Принцип непрерывности. Обеспечивается преемственность в содержании, технологиях, методах между дошкольным и начальным общим образованием.
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития воспитанников	<p>Участники программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – раннего возраста – 2 группы; – младший возраст – 2 группы; – средний – 2 группы; – старший – 2 группы; – подготовительный – 2 группы. <p style="text-align: center;"><u>Ранний возраст</u></p> <p>Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно</p>

регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В I младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

Основные движения:

Ходьба. В I младшей группе нужно учить детей ходить правильно, не наталкиваясь друг на друга, формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку.

Бег. На третьем году жизни ребёнка нужно учить бегать, сохраняя равновесие и заданное направление, не наталкиваясь на предметы.

Прыжки. В I младшей группе вводятся прыжки на двух ногах на месте, с продвижением, а также в длину и высоту с места. Основное внимание должно быть направлено на обучение детей отталкиванию двумя ногами, мягкому приземлению на носки при прыжках вверх и в высоту с места.

Катание, бросание, ловля. Ребёнка учат брать мяч, держать его и переносить одной и двумя руками, скатывать, прокатывать, энергично отталкивать в заданном направлении.

Ползание и лазание. Сначала детей целесообразно учить ползанию на животе, постепенно переходя к ползанию на четвереньках с опорой на колени и ладони. Это упражнение проводится фронтально и сочетается с движениями на выпрямление туловища. Аналогично организуются упражнения в подлезании.

Упражнения в равновесии. Умение сохранять равновесие развивается у ребёнка в процессе выполнения всех физических упражнений, а также специальных занятий. Воспитателю необходимо учитывать, что такие упражнения требуют от ребёнка концентрации внимания и преодоления чувства неуверенности, страха.

Подвижные игры. Роль ведущего берёт на себя воспитатель. По ходу игры он подсказывает детям их действия, подбадривает неуверенных, застенчивых. Малыши выполняют движения, подражая педагогу. Подвижную игру на занятии повторяют два-три раза.

Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

С I младшей группы в режим дня включается утренняя гимнастика длительностью 4-5 минут. В содержание входят строевые упражнения, ходьба, бег, подскоки, три-четыре общеразвивающих упражнения, разученных на занятии. Важно, чтобы дети делали гимнастику с желанием, интересом, чтобы испытывали радость от движений. Недопустимо принуждать их заниматься утренней гимнастикой.

Взрослый должен поддерживать двигательную активность детей, поощряя самостоятельное использование ими атрибутов для игр. Руководство самостоятельной двигательной деятельностью детей осуществляется с

учётом их индивидуальных особенностей.

Младший дошкольный возраст

На четвертом году жизни ребёнок владеет большим объёмом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные действия, соблюдая определённую последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног).

Во второй младшей группе важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Их учат слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движения согласованно с другими детьми после соответствующего указания воспитателя, находить своё место в групповых построениях. Так же детей начинают приобщать к подготовке занятий. Оценка деятельности преимущественно должна быть направлена на анализ их активности, умения действовать сообща, а также на правильность выполнения упражнений.

Во II младшей группе детей учат строиться – подгруппами и всей группой – в колонну по одному, в одну шеренгу, круг, находить своё место в строю. В первой половине года воспитатель оказывает детям помощь, используя зрительные ориентиры, а в дальнейшем малыши учатся находить своё место самостоятельно.

К общеразвивающим упражнениям детей четвертого года жизни предъявляются более высокие требования с точки зрения качества выполнения (не сгибать колени при наклонах, подниматься на носки и др.).

Основные движения:

Ходьба. Вводится ходьба на носках, с высоким подниманием коленей, с изменением направления, с выполнением различных заданий (остановиться, присесть, повернуться лицом к окну, стене, воспитателю). Ходьбу на носках с высоким подниманием коленей необходимо чередовать с обычной ходьбой.

Бег. Основное внимание следует уделять формированию у детей умения бегать, не наталкиваясь друг на друга и придерживаясь заданного темпа.

Прыжки. Детей учат энергично отталкиваться и правильно приземляться во всех видах прыжков. Во второй младшей группе вводится обучение прыжкам с высоты (15-20 см.).

Катание, бросание, метание. Во второй младшей группе детей продолжают обучать действиям с мячом. Формируется умение бросать мяч воспитателю, вверх, об пол и ловить его.

Ползание, лазание. Водится лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке. Нужно показать детям правильный хват за перекладину и научить их правильно ставить ноги на неё. Обучая детей ползанию между предметами, подползанию, воспитатель сам показывает способ выполнения.

Упражнения в равновесии. Обучение ходьбе и бегу на ограниченной площади (между двух линий, по дорожке, бревну, скамейке), в прямом направлении и змейкой. Упражнения в равновесии следует разнообразить используя игровую форму.

Подвижная игра. Проводится в основной части занятия, содержит движения, уже освоенные детьми. Одна и та же игра может повторяться на

разных занятиях. Воспитатель может вносить в неё некоторые изменения, дополнения. Следует приучать детей действовать совместно, в соответствии с сигналом, исполнять роль ведущего, соблюдать правила.

В процессе выполнения спортивных упражнений воспитатель приучает детей соблюдать правила безопасности, проявлять взаимопомощь.

Продолжительность утренней гимнастики во второй младшей группе составляет 5-6 минут. В комплекс должны входить пять-шесть общеразвивающих упражнений (как с предметами, так и без них), строевые упражнения, ходьба, бег, прыжки. Педагог выполняет упражнения вместе с детьми по два-три раза, после чего только напоминает последовательность движений, осуществляет общий контроль.

Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений. Педагог должен стимулировать детей к использованию имеющегося физкультурного инвентаря, оборудования личным примером, поощрением.

Средний дошкольный возраст

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества.

В средней группе проводятся три физкультурных занятия в неделю, одно из них – на прогулке. Продолжительность каждой части увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счёт усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Детей следует привлекать к подготовке и раздаче инвентаря и его уборке после занятия.

Проговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, воспитатель тем самым помогает детям лучше осознать задание. Поощрение, поддержка помогают детям преодолевать трудности, развивают уверенность в своих силах. При обучении основным видам движений применяются игровые приёмы.

В средней группе дошкольников учат строиться по росту, перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо. Приёмы обучения различны. При перестроении в колонну по двое можно использовать ориентиры, а при перестроении в три колонны воспитатель может назвать детей – новых направляющих, которые пойдут к ориентирам.

В занятие следует включать шесть – семь общеразвивающих упражнений, которые выполняются из разных исходных положений и повторяются четыре – шесть раз.

Основные виды движения:

Ходьба. В средней группе ставится задача закрепить у ребёнка умение ходить, координируя движения рук и ног. Для этого в вводной части занятия следует использовать ходьбу с ускорением и замедлением, а также чередовать ходьбу с бегом.

Бег. Упражняя детей в беге, основное внимание воспитатель уделяет развитию ритмичности, обучению активному выносу и подниманию бедра,

энергичному отталкиванию носком.

Прыжки. Наряду с закреплением умения занимать исходное положение, энергично отталкиваться двумя ногами, правильно приземляться нужно учить детей сочетать отталкивание со взмахом рук. На пятом году жизни дети начинают осваивать прыжки на одной ноге, при этом руки они держат произвольно. Постепенно детей переводят к прыжкам через скакалку, когда она коснётся пола.

Бросание, ловля, метание. При выполнении упражнений в катании и прокатывании мяча и обруча детей следует учить мягко касаться этих предметов пальцами, точно направлять их движение. Обучая детей приёмам ловли мяча кистями рук, способам бросания его и отбивания о землю (пол), педагог должен показать и объяснить, как это делается.

Ползание, лазанье. В средней группе детей необходимо обучать подлезать под предметы по гимнастической скамейке на животе, с подтягиванием с помощью рук, с опорой на стопы и ладони, перелезать с одного пролёта гимнастической стенке на другой (вправо, влево). К показу этих движений педагог привлекает кого-нибудь из детей, заранее подготовленных, а сам даёт пояснения.

Упражнения в равновесии. В средней группе дети продолжают развивать навыки сохранения равновесия в ходьбе и беге. Упражнения усложняются за счёт дополнительных заданий, нового способа выполнения. Упражнения проводятся в медленном с средним темпе.

Подвижная игра. На каждом физкультурном занятии организуются одна – две подвижные игры. Проводя их повторно, педагог может менять правила и условия, усложнять движения. В течение года следует всех детей научить исполнять роль ведущего другие ответственные роли и выбирать ведущих, используя считалки, короткие и понятные ребёнку.

Обучение спортивным упражнениям проводится на каждом третьем физкультурном занятии по подгруппам.

Утренняя гимнастика проводится в среднем и быстром темпе, без длительных пояснений и пауз. В комплекс необходимо включать шесть – семь общеразвивающих упражнений, которые выполняются по четыре – шесть раз из разных исходных положений. Следует предусматривать упражнения, способствующие формированию правильной осанки, укреплению мышц стопы. Дозировка и темп устанавливаются с учётом сложности упражнений, а также физической подготовленности детей.

Для ребёнка пятого года жизни характерен сравнительно устойчивый интерес к движениям, поэтому необходимо всячески поощрять игры с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к самостоятельному использованию физкультурного оборудования, инвентаря, атрибутов для подвижных игр. Выполнение педагогом упражнений вместе с детьми, участие в играх повышают интерес к двигательной деятельности.

Старший дошкольный возраст

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу).

В старшей группе проводятся три физкультурных занятия в неделю продолжительностью минут. Одно из них организуется на прогулке. На занятиях дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения: ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и в высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, через длинную скакалку, бросание и ловлю мяча одной рукой из разных исходных положений и построений, ведение мяча, бег с преодолением препятствий, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям. Приёмами обучения служат показ и объяснение.

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребёнка. В содержание физкультурных занятий необходимо включать упражнения на формирование правильной осанки и предупреждения плоскостопия.

При обучении строевым упражнениям особое внимание следует обращать на совершенствование умения быстро ориентироваться в пространстве и действовать в соответствии с командой: строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг и несколько кругов; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо; делать повороты направо, налево, кругом на месте и в движении, равняться и размыкаться. Воспитатель уделяет внимание качеству выполнения строевых упражнений, используя словесные приёмы обучения.

В старшей группе на каждом занятии дети выполняют шесть – восемь общеразвивающих упражнений из разных положений. Следует использовать упражнения, требующие силовых усилий.

С детьми шестого года жизни чаще проводятся упражнения с палками, обручами, мячами, шнуром. На занятии педагог, давая чёткие объяснения, должен пользоваться интонацией, подчёркивающей темп выполнения упражнения.

Основные движения:

Ходьба. Детей необходимо приучать выполнять все виды ходьбы чётко, ритмично, с правильной осанкой и координацией.

Бег. В программе предусматриваются разные виды бега, отличающиеся техникой выполнения. Интерес к бегу поддерживают с помощью игровых приёмов, дополнительных заданий. Важно обеспечить постепенное увеличение нагрузки на организм в процессе бега, правильную его дозировку.

Прыжки. В старшей группе более разнообразными становятся упражнения в прыжках. Ребёнок шестого года жизни должен выполнять прыжки на двух ногах ритмично, с разнообразными движениями рук. Дозировку прыжков следует постепенно увеличивать. Вводится обучение прыжкам в длину с разбега.

Бросание, ловля мяча, метание. В старшей группе эти движения усложняются. Обучая детей приёмам катания мяча, воспитатель формирует умение дифференцировать свои усилия в зависимости от заданного расстояния; при этом он использует ориентиры. На занятиях у детей закрепляют умение ловить мяч. Усложняются и упражнения на отбивание мяча об пол. Детей упражняют так же в метании на дальность.

Ползание, лазанье. В старшей группе ползание и лазанье усложняются. Вводятся ползание на четвереньках с толканием мяча головой, под дуга-

ми, змейкой, с преодолением препятствий, в сочетании с другими видами движений. Детей необходимо учить пролезанию в обруч разными способами, лазанью по гимнастической стенке, разными способами.

Упражнения в равновесии. В старшей группе возрастает роль статических упражнений (сохранение равновесия в положении стоя на гимнастической скамейке на носках, на одной ноге, в заданной позе). При выполнении упражнений в статическом равновесии ребёнка учат фиксировать упражнения тела.

Подвижная игра. На физкультурных занятиях проводятся подвижные игры, ответственные роли в которых исполняют сами дети. Задача педагога – следить за качеством выполнения движений, за тем, чтобы все дети соблюдали правила игры. В ходе игр необходимо формировать физические и нравственно-волевые качества.

В комплекс утренней гимнастики входят шесть-восемь общеразвивающих упражнений, которые выполняются их разных исходных положений и повторяются пять – восемь раз в зависимости от степени сложности. В утреннюю гимнастику обязательно следует включать упражнения на формирование осанки, укрепление стопы, танцевальные движения.

Необходимо побуждать детей в самостоятельной деятельности использовать физкультурный инвентарь и другое оборудование, организовывать подвижные игры с элементами соревнований, спортивные игры и спортивные упражнения. Воспитатель должен регулировать чередование различных видов деятельности, направлять интересы детей.

Подготовительный к школе возраст

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат.

Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В подготовительной группе ведущей формой организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов.

В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. В вводную часть занятия включаются задания на внимание, строевые и общеразвивающие упражнения.

На седьмом году жизни дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый – второй.

Воспитатель должен использовать приёмы, развивающие осмысленное выполнение упражнений.

На одном занятии дети выполняют восемь – десять общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть – восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности.

В целях поддержания у детей интереса к общеразвивающим упражнени-

ям следует изменять исходные положения, темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

Основные виды движения:

Ходьба. Дети совершенствуют технику ходьбы с разным положением рук.

Бег. Происходит отработка легкости, ритмичности, закрепление умения непринужденно держать руки, голову, туловище. Со второй половины года вводится бег с сильным сгибанием ног в коленях и выбрасыванием прямых ног вперед.

Прыжки. В этой группе дети должны прыгать на двух ногах вверх легко, мягко приземляясь, выполняя дополнительные задания, с зажатым между ног набивным мячом, вверх из глубокого приседа. При обучении прыжкам в длину отрабатываются разбег с ускорением, энергичное отталкивание маховой ногой с резким взмахом рук, правильное приземление с сохранением равновесия. Следует также отрабатывать технику разбега с ускорением на последних шагах перед отталкиванием в прыжках с разбега в высоту.

Бросание, метание, ловля. В подготовительной к школе группе необходимо использовать резиновые, теннисные, волейбольные, набивные мячи разных размеров. На седьмом году жизни у ребёнка продолжают формировать умение бросать и ловить мяч из разных положений, выполнять бросок набивных мячей разными способами.

Ползание, лазанье. Эти упражнения целесообразно проводить в сочетании с другими видами движений. В течении года следует варьировать условия, менять высоту пособий и способы выполнения упражнений. Воспитатель должен обеспечить умеренную страховку.

Упражнения в равновесии. Формированию чувства равновесия способствуют приседания, прыжки на одной ноге, резкое изменение направления бега. В процессе упражнений на равновесие детей учат сохранять правильное положение туловища, головы, действовать уверенно; при этом воспитатель использует показ, практическую помощь детям, зрительные ориентиры, упражнения с переносом предметов.

Подвижная игра. На каждом физкультурном занятии проводится игра, при этом особое внимание уделяется воспитанию выдержки, настойчивости, формированию умения проявлять волевые и физические усилия. Следует организовывать подвижные игры в которых от результата каждого зависит общий результат команды. Одну и ту же игру целесообразно проводить не менее чем на двух занятиях.

В подготовительной к школе группе значительное место на физкультурных занятиях отводится спортивным упражнениям. Воспитатель должен хорошо знать методику обучения этим упражнениям и своевременно регулировать нагрузку.

Упражнения для утренней гимнастики в данной группе наиболее интенсивны. Дозировка и темп задаются воспитателем с учётом сложности упражнения. У детей важно выработать положительное отношение к утренней гимнастике и потребность в ежедневном её выполнении.

Воспитателю следует чередовать разные виды деятельности в течении дня, предоставляя детям возможность выбирать занятия по душе.

На прогулке поощряются спортивные, народные игры (лапта, салочки, классы). Особое внимание надо обращать на физкультурный инвентарь, атрибуты для игр, содержания занятий, физической подготовленности и индивидуальных особенностей детей.

<p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ) с изменениями от 17.06.2019 № 140-ФЗ. – Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155) с изменениями (приказ Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 № 31). – Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 с изменениями от 27.08.2015 № 41). – Положение Конвенция ООН о правах ребенка. – Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ д/с № 73. – Положение о рабочей программе педагога. – Календарный план на 2020 – 2021 учебный год. – Календарный учебный график на 2020 – 2021 учебный год.
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>Программа реализуется в группах оздоровительной направленности в 2020 – 2021 учебном году (сентябрь 2020 – май 2021)</p>
<p>Целевые ориентиры раннего возраста освоения воспитанниками I младшей группы (от 2 до 3 лет) образовательной программы ОО «Физическое развитие»</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Развита крупная моторика, ребенок стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.); – С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями; – Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; – Умеет бегать, сохраняя равновесие; пробегает 10 метров на скорость (10.2сек). – Сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; – Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке, произвольным способом; – Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 30 см; спрыгивает в глубину 15 см. – Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками снизу, из-за головы; ударять мячом об пол, подбрасывать его вверх 2 – 3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 2.5 – 3 м.
<p>Планируемые результаты освоения воспитанниками второй младшей группы (от 3 до 4 лет) образовательной программы ОО «Физическое развитие»</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Развита крупная моторика, ребенок стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.); – С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями; – Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление. – Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. – Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями взрослого; пробегает 30 метров на скорость (13.5сек). – Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы. – Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке, гимнастической стенке произвольным способом. – Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см; спрыгивает в глубину 20-25 см. – Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 2 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать

	его вверх 2 – 3 раза подряд и ловить, ловить мяч, брошенный воспитателем с расстояния 1 м; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 4 м; метать набивной мяч на расстояние не менее 90 см.
<p>Планируемые результаты освоения воспитанниками средней группы (от 4 до 5 лет) образовательной программы ОО «Физическое развитие»</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Развита крупная моторика, ребенок стремится осваивать различные виды движений. – С интересом участвует в подвижных играх, берёт на себя роль водящего. – Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу; ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны. – Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 50 см; прыгает с места вверх на высоту 20 см; спрыгивает в глубину 40 см. – Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы – Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями взрослого; пробегает 30 метров на скорость (9.5-10сек). – Может лазать по гимнастической стенке произвольным способом. – Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами, правой и левой рукой на расстояние не менее 5-5.5 м; метать набивной мяч на расстояние не менее 130 см; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд; может ловить мяч кистями рук с расстояния до 2 м.
<p>Планируемые результаты освоения воспитанниками старшей группы (от 5 до 6 лет) образовательной программы ОО «Физическое развитие»</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений. – Развита крупная моторика, ребенок стремится осваивать различные виды движений. – С интересом участвует в подвижных играх; в упражнениях с элементами спортивных игр (бадминтон, футбол, хоккей...), предлагает себя на роль водящего. – Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; пробегает 30 метров на скорость (7.5-7.9сек). – Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа; – Может прыгать вверх с места (высота 25 см), прыгать в обозначенное место с высоты 40 см, прыгать в длину с места (не менее 80-90 см), с разбега (не менее 130-150 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку; – Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-7.5 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 – 4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6м), метает набивной мяч на расстояние не менее 250 см – Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; – Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом. – Имеет начальное представление о здоровом образе жизни.
<p>Целевые ориентиры освоения воспитанниками подготовительной группы</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Развита крупная и мелкая моторика; ребенок подвижен, вынослив, владеет основными движениями, контролирует свои движения и управляет ими; – Может прыгать с высоты до 45 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см; в высоту с мес-

(от 6 до 7-8 лет) образовательной программы ОО «Физическое развитие»	<p>та 30см, с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;</p> <p>– Может бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 – 5м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 6-8.5 м, метать предметы в движущуюся цель; метать набивной мяч на расстояние не менее 300 см</p> <p>– Умеет перестраиваться в 3 – 4 колонны, в 2 – 3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый – второй», соблюдать дистанцию во время передвижения;</p> <p>– Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;</p> <p>– Следит за правильной осанкой;</p> <p>– Участвует в играх с элементами спорта (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей); может объяснить правила игры и организовать её.</p> <p>– Имеет начальное представление о здоровом образе жизни, воспринимает здоровый образ жизни как ценность.</p>
--	--

II. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Учебный план на 2020 – 2021 учебный год

месяц	Вид движения	I мл. гр.	II мл. гр.	Средн. гр.	Старш. гр.	Погот. гр.
IX	Ползание, подлезание, перелезание.	+	+	+	+	+
X	Упражнения в равновесии	+	+	+	+	+
XI	Прыжки с места в высоту	+	+	+	+	+
XII	Катание, бросание и ловля.	+	+	+	+	+
I	Лазанье	+	+	+	+	+
II	Прыжки в длину с места (спрыгивание)	+	+	+	+	+
III	Метание в цель и в даль.	+	+	+	+	+
IV	Прыжки в длину с разбега	(с места) +	(с места) +	+	+	+
V	Бег, прыжки со скакалкой	+	+	+	+	+

2.2. Календарный учебный график на 2020 – 2021 учебный год

Образовательные области	Непрерывная образовательная деятельность	Количество часов в неделю
Физическое развитие	«Физическая культура»	2/72

2.3. Содержание непрерывной образовательной деятельности с детьми по образовательной области «Физическое развитие» в 2019-2020 учебном году

Календарное планирование на сентябрь для I младшей группы.

Тема: «Ползание и подлезание»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	«стайкой» за воспитателем в заданном направлении	б/п		1) Учить ползать на четвереньках. 2) Учить ходить «стайкой» за воспитателем 3) Учить держать в руках б/мяч.	«Солнышко и дождик»; игры с мячом: передай мяч; повтори словечко...
3-4	Др. за др. между предметами	б/п		Учить подлезать под препятствия на четвереньках (h=30 - 40см). 2) Учить ходить др. за др. 3) Учить бросать б/мяч удобным способом и бегать не наталкиваясь др. на др.	«Хитрый кот»; игры с мячом: брось-догони; кто быстрее к мячу.
5-6	Др. за др. за воспитателем	б/п		1) Учить подлезать под препятствия на четвереньках (h=30-40 см) «змейкой». 2) Учить ходить др. за др. 3) Учить кидать б/мяч двумя руками	«У медведя во бору»; «Поезд»; игры с мячом.
7-8	Др. за др. за воспитателем (обегаю ковёр)	б/п		1) Учить ползать по скамье (подтягиваясь руками), лёжа на животе. 2) Учить вставать в круг и ходить по кругу, взявшись за руки. 3) Учить кидать мал. мяч лев. и прав. руками	«Курочка и цыплята»; «Пузырь»; игры с мячом.

Календарное планирование на сентябрь для II младшей группы.

Тема: «Ползание и подлезание»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Др. за др. за воспитателем	б/п		1) Учить детей подлезать под препятствия на четвереньках (h=30– 40см). 2) Упражнять вставать в круг и ходить по кругу, взявшись за руки. 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах	«Солнышко и дождик»; игры с мячом: передай мяч; повтори словечко...
3-4	Др. за др. между предметами	б/п		1) Учить детей подлезать под препятствия на четвереньках (h=30– 40см) «змейкой». 2) Упражнять вставать в круг и ходить по кругу, взявшись за руки. 3) Упражнять сохр. равновесие на ограниченной поверхности.	«Хитрый кот»; игры с мячом: брось-догони; кто быстрее к мячу.
5-6	Х. и б., попеременно (по сигналу)	С мячом		1) Учить детей ползать по скамье (подтягиваясь руками), лёжа на животе. 2) Упражнять в прыжках в длину 3) Упражнять в бросании предмета.	«У медведя во бору»; «Поезд».
7-8	Х. и б., попеременно (по сигналу)	С лентами		1) Учить детей ползать по наклонной доске (h=25см) на четвереньках 2) Упражнять в катании мяча 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах	«Курочка и цыплята»; «Пузырь», «Собираем урожай».

Календарное планирование на сентябрь для средней группы.

Тема: «Ползание и подлезание»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	С остановками по команде.	б/п		1) Учить детей ползать на четвереньках в воротики (h=40см). 2) Упражнять в прыжках на 2х ногах с продвижением. 3) Упражнять в бросках мяча снизу, и ловля его 2мя руками.	«Совушка», «Найди-про молчи»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
3-4	С различным расположением рук.	С обручем		1) Учить детей ползать на четвереньках по г/скамье. 2) Упражнять в прыжках на 2х ногах вперед-назад. 3) Упражнять в бросках мяча от груди, и ловля его после отскока от пола (в парах).	«Самолеты», «У кого мяч?»
5-6	На носках, на внешнем своде стопы, с перекатом с пятки на носок.	С мячом		1) Учить детей ползать по скамье (подтягиваясь руками), лёжа на животе. 2) Упражнять в прыжка на 2х ногах с продвижением (с зажатым между ног мешочком). 3) Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель (с 2х м).	«Мышеловка» «У кого мяч?»
7-8	На носках, на внешнем своде стопы, с высоким коленом.	С г/палкой		1) Учить детей ползать по наклонной доске на четвереньках (h=50см) 2) Упражнять в прыжках на 2х ногах с продвижением (через мягкие модули h=15см) 3) Упражнять в подлезании в воротики (h=50см) лев. и прав. боком	Эстафеты: «Построй башню»; с мячом.

**Календарное планирование на сентябрь для старшей группы.
Тема: «Ползание и подлезание»**

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Приставной шаг	б/п		1) Упражнять детей в ползании на четвереньках 2) Упражнять в прыжках с ноги на ногу на месте и в движении. 3) Упражнять в бросках мяча снизу, и ловля его 2мя руками.	«Совушка», «Найди-промолчи»
3-4	Гимнастический шаг	С обручем		1) Учить детей подлезть в воротики лев. и прав. боком. 2) Упражнять прыжках на 2х ногах с продвижением 3) Упражнять в бросках мяча от груди, и ловля его после отскока от пола (в парах).	«Самолеты», перестроения

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
5-6	На носках, на внешнем своде стопы, с перекатом с пятки на носок.	С мячом		1) Учить детей ползать по г/скамье, подтягиваясь 2мя руками. 2) Упражнять в прыжках на 2х ногах (из обруча в обруч). 3) Упражнять в бросках мяча в стену и ловле его после отскока от стены.	«Мышеловка» «У кого мяч?»
7-8	На носках, на внешнем своде стопы, с высоким коленом.	С г/палкой		1) Учить детей ползать по-пластунски 2) Упражнять в х. по г/скамье. 3) Упражнять в прыжках через г/скамью, с опорой на руки.	Эстафета: с мячом. Перетягивание каната

Календарное планирование на сентябрь для подготовительной группы.

Тема: «Ползание и подлезание»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Приставной шаг	б/п		1) Упражнять детей в ползании на четвереньках 2) Упражнять в прыжках с ноги на ногу на месте и в движении. 3) Упражнять в бросках мяча снизу, и ловля его 2мя руками.	«Совушка», «Найди-промолчи»
3-4	Гимнастический шаг	С обручем		1) Учить детей подлезть в воротики лев. и прав. боком. 2) Упражнять прыжках на 2х ногах с продвижением 3) Упражнять в бросках мяча от груди, и ловля его после отскока от пола (в парах).	«Самолеты», перестроения
5-6	На носках, на внешнем своде стопы, с перекатом с пятки на носок.	С мячом		1) Учить детей ползать по г/скамье, подтягиваясь 2мя руками. 2) Упражнять в прыжках на 2х ногах со скакалкой 3) Упражнять в бросках мяча в стену и ловле его после отскока.	«Мышеловка» «У кого мяч?»
7-8	На носках, на внешнем своде	С г/палкой		1) Учить детей ползать по-пластунски 2) Упражнять в х. по г/скамье.	Перетягивание каната. «Мы весёлые ребята»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
	стопы, с высоким коленом.			3) Упражнять в прыжках через г/скамью, держась за нее 2мя руками	

Календарное планирование на октябрь для I младшей группы.

Тема: «Равновесие».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Др. за др. за воспитателем	Б/п		1) Побуждать детей к совместным действиям со взрослым.	«Ёжик»
3-4	Др. за др. за воспитателем	С лентами		2) Учить передвигаться др. за др. 3) Учить сохранять равновесие при перешагивании через предметы h=5-7см (на каждый шаг).	«Лохматый пес»
5-6	Др. за др. между предметами	С мячом		1) Учить детей ходить по извилистой дорожке (ш=25-30см).	«Самолеты»
7-8	Др. за др. между предметами	С кубиками		2) Упражнять в перешагивании из обруча в обруч. 3) Упражнять в перелезание через г/скамейку (h=25 см)	«Где звенит?»

Календарное планирование на октябрь для II младшей группы.

Тема: «Равновесие».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, Ноги широко – в развалку	Б/п		1) Учить детей ходить в заданном направлении 2) Учить перешагивать предметы (h=10-15см) 3) Упражнять в ползании на четвереньках по прямой.	«Лохматый пес» «Петушок»
3-4	С высоким коленом	С лентами		1) Учить детей ходить по доске, лежащей на полу (ш=20см, дл.2-3м). 2) Упражнять в ползании по наклонной доске h=30см 3) Упражнять в подскоках на 2х ногах.	«Листопад» «Ёжик»
5-6	«змейкой»	С мячом		1) Учить детей ходить по доске, приподнятой на	«Самолеты»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
				h=10см. 2) Упражнять в ползании на четвереньках по г/скамье. 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах с продвижением.	построение в круг.
7-8	Лев. и прав. приставным шагом.	С г/палкой		1) Учить детей ходить по г/скамье h=25см (подниматься и спускаться) 2) Упражнять в перекаtywании «бревнышком» 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах из обруча в обруч.	«Огуречик», «Хитрый кот»

Календарное планирование на октябрь для средней группы.

Тема: «Равновесие».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, с высоким коленом, приставным шагом (лев. и прав. боком).	б/п		1) Учить детей ходить с перешагиванием через предметы h=15-20см 2) Упражнять в ползании на четвереньках до 10м. 3) Упражнять в умении строиться по команде в шеренгу.	Эстафета с прыжками
3-4	На носках, на внешнем своде стопы, в приседе и полуприседе.	С мячом		1) Учить детей ходить по доске ш=20см, лежащей на полу. 2) Упражнять в проползании на четвереньках в воротики (h=50см) с прокатыванием в них мяча. 3) Закреплять умение перестраиваться в 2 колонны.	«Листопад» «Совушка»
5-6	На носках, на внешнем своде стопы, с перекаtywом с пятки на носок.	С обручем		1) Учить детей ходить по наклонной доске (ш=30см, h=40см) 2) Упражнять в ползании по г/скамье на животе, подтягиваясь 2мя руками. 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах с продвижением.	«Ручеек» (парами), «Где звенит?»
7-8	На носках, с высоким коленом, с захлестом голени.	С г/палкой		1) Учить детей ходить по г/скамье 2) Упражнять в спрыгивании с h=25см 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах из обруча в обруч.	«Самолеты» построение в круг. На внимание: «Пол, потолок...»

Календарное планирование на октябрь для старшей группы.

Тема: «Равновесие».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, с высоким коленом, приставным шагом (лев. и прав. боком).	б/п		1) Учить детей ходить с перешагиванием через предметы $h=15-20\text{см}$ 2) Упражнять в ползании на четвереньках до 10м. 3) Упражнять в умении строиться по команде в шеренгу.	Эстафета с прыжками
3-4	На носках, на внешнем своде стопы, в приседе и полуприседе.	С мячом		1) Учить детей ходить по доске $\text{ш}=20\text{см}$, лежащей на полу. 2) Упражнять в проползании на четвереньках в воротики ($h=50\text{см}$) с прокатыванием в них мяча. 3) Закреплять умение перестраиваться в 2 колонны.	«Листопад» «Совушка»
5-6	На носках, на внешнем своде стопы, с перекатом с пятки на носок.	С обручем		1) Учить детей ходить по наклонной доске ($\text{ш}=30\text{см}$, $h=40\text{см}$) 2) Упражнять в ползании по г/скамье на животе, подтягиваясь 2мя руками. 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах с продвижением.	«Ручеек» (парами), «Где звенит?»
7-8	На носках, с высоким коленом, с захлестом голени.	С г/палкой		1) Учить детей ходить по г/скамье 2) Упражнять в спрыгивании с $h=25\text{см}$ 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах из обруча в обруч.	«Самолеты» построение в круг. На внимание: «Пол, потолок...»

Календарное планирование на октябрь для подготовительной группы.

Тема: «Равновесие».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, с высоким коленом, с захлестом голени.	С обручем		1) Упражнять детей в сохранении равновесия при перешагивании предметов $h=10-15\text{см}$ 2) Упражнять в ползании на четвереньках «змейкой» 3) Упражнять в прыжках с ноги на ногу на месте и в движении.	Эстафеты с мячом, «Части тела»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
3-4	На носках, на внешнем своде стопы, в приседе и полуприседе.	С г/палкой		1) Учить детей в сохранении равновесия при ходьбе по г/скамье. 2) Упражнять в подлезании в воротники лев. и прав. боком. 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах с продвижением	«Листопад» «Совушка»
5-6	На носках, на внешнем своде стопы, с перекатом с пятки на носок.	Со скакалкой		1) Упражнять в сохранении равновесия при х. по г/скамье с перешагиванием предметов h=10-15см. 2) Упражнять в ползании по-пластунски. 3) Упражнять в прыжках со скакалкой.	«Выбивало», «перестрелка». Перестроение из колонны по 1му в колонну по 2ва.
7-8	На носках, на внешнем своде стопы, с высоким коленом.	С мячом		1) Учить детей сохранять равновесие при х. по г/скамье с пролезанием в обруч и спрыгивании с нее. 2) Упражнять в прыжках через м/ модули h=15-20см 3) Упражнять в бросках мяча в стену и ловле его после отскока.	«Ловишки с ленточками», «Перелетные птицы», «Совушка», «Море волнуется раз».

Календарное планирование на ноябрь для I младшей группы.

Тема: «Прыжки в высоту с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Др. за др. за воспитателем	б/п		1) Учить детей прыгать на 2х ногах на месте на носках, с доставанием предметов. 2) Упражнять в ходьбе по доске (ш=20см), лежащей на полу 3) Упражнять в ползании на четвереньках	«Солнышко и дождик»; игры с мячом: передай мяч; повтори словечко...
3-4	Др. за др. за воспитателем	С мячом		1) Учить детей прыгать через линии, верёвку, г/палку. 2) Упражнять в кружении на месте. 3) Упражнять в подлезании под препятствия на четвереньках (h=30– 40см).	«Хитрый кот»; игры с мячом: брось-догони; кто быстрее к мячу.
5-6	Др. за др. между предметами	С лентами		1) Учить детей прыгать на двух ногах (до 2м). 2) Упражнять в подъеме и спуске на h=25см. 3) Упражнять в подлезании под препятствия	«У медведя во бору»; «Поезд»; игры с мячом:

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
				на четвереньках (h=30-40см) «змейкой».	попади в окошко.
7-8	Др. за др. за воспитателем	С обручем		1) Учить детей спрыгивать с предмета (h= 25 см) 2) Упражнять в ходьбе по г/скамье (h= 25см) 3) Упражнять в ползании по скамье на четвереньках.	«Курочка и цыплята»; «Пузырь»; игры с мячом: попади в колечко.

Календарное планирование на ноябрь для II младшей группы.

Тема: «Прыжки в высоту с места».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Др. за др. за воспитателем	б/п		1) Учить детей прыгать на 2х ногах на месте на носках, с доставанием предметов. 2) Упражнять в ходьбе по доске (ш=20см), лежащей на полу 3) Упражнять в ползании на четвереньках	«Солнышко и дождик»; игры с мячом: передай мяч; повтори словечко...
3-4	Др. за др. за воспитателем	С мячом		1) Учить детей прыгать через линии, верёвку, г/палку. 2) Упражнять в кружении на месте. 3) Упражнять в подлезании под препятствия на четвереньках (h=30– 40см).	«Хитрый кот»; игры с мячом: брось-догони; кто быстрее к мячу.
5-6	Др. за др. между предметами	С лентами		1) Учить детей прыгать на двух ногах (до 2м). 2) Упражнять в подъеме и спуске на h=25см. 3) Упражнять в подлезании под препятствия на четвереньках (h=30-40см) «змейкой».	«У медведя во бору»; «Поезд».
7-8	Др. за др. за воспитателем	С обручем		1) Учить детей спрыгивать с предмета (h= 25 см) 2) Упражнять в ходьбе по г/скамье (h= 25см) 3) Упражнять в ползании по скамье (подтягиваясь руками), лёжа на животе.	«Курочка и цыплята»; «Пузырь».

Календарное планирование на ноябрь для средней группы.

Тема: «Прыжки в высоту с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, приставным шагом (боком)	С мячом.	Пружинка, махи руками.	1) Учить детей прыгать через предметы (2-3), высотой 5-10см. 2) Упражнять в ходьбе на носках между предметами «змейкой». 3) Упражнять в ползании на четвереньках в воротики, высотой 40-50см.	«Затейники» Салки с лентой, «мяч ведущему».
3-4	Перекатом с пятки на носок, подскоки с ноги на ногу.	С обручем	Пружинка, махи руками.	1) Учить детей вверх с места (вспрыгивание), высота 15-20см. 2) Упражнять в ходьбе по доске ш=15см, лежащей на высоте 10см. 3) Упражнять в ползании на четвереньках с поворотами кругом.	«Мыши в кладовой» «В гости к другу»
5-6	С высоким подниманием колен	С г/палкой		1) Учить детей перепрыгивать веревочку, высота 15-20см с места. 2) Упражнять в ходьбе по г/скамье и спрыгивать с высоты 25см. 3) Упражнять в подлезании в воротики лев. и прав. боком.	«Перелётные птицы» «Иголка и нитка»
7-8	На носках, на внешнем своде стопы, галоп	С флажками		1) Учить детей перепрыгивать перекладину, высота 15-20см с места. 2) Упражнять в ходьбе по г/скамье с перешагиванием кубов и спрыгивать с высоты 25см. 3) Упражнять в ползании на животе по г/скамье, подтягиваясь двумя руками.	«Воробышки и автомобиль» «Части тела»

Календарное планирование на ноябрь для старшей группы.

Тема: «Прыжки в высоту с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, приставным шагом (боком)	С мячом.	Пружинка, махи руками	1) Учить детей перепрыгивать предмет, высота 10-15см. 2) Упражнять в сохранении равновесия, идя скрестным шагом. 3) Закреплять умение ползать на четвереньках «змейкой»	«Затейники» Салки с лентой,
3-4	Перекатом с пятки на носок, подскоки с ноги на ногу.	С обручем		1) Учить детей перепрыгивать предмет, высота 15-20см. 2) Упражнять в сохранении равновесия при х. по г/скамье. 3) Упражнять в подлезании в воротики лев. и прав. боком.	«Перелётные птицы» «Затейники»
5-6	Х. на носках, в приседе и полуприседе, Б. с подскоком по команде, «змейкой».	С г/палкой	Пружинка, махи руками.	1) Учить детей запрыгивать на h=20-25см и спрыгивать. 2) Упражнять в перекатывании «бревнышком» (лев. и прав. боком) 3) Упражнять в ползании по-пластунски.	Метание, перестроения. «Перестрелка» «Улица, проспект, площадь»
7-8	На носках, на внешнем своде стопы, в приседе и полуприседе.	б/п		1) Учить детей перепрыгивать перекладину, h=15-20 см с места. 2) Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по г/скамье (h=25-30см) с приседанием (с хлопком под коленом). 3) Закреплять умение ползать на животе по г/скамье, подтягиваясь двумя руками.	Бег и ползание Эстафеты «Переправа», «Паучки» Перестроения из одной колонны в две и обратно.

Календарное планирование на ноябрь для подготовительной группы.

Тема: «Прыжки в высоту с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, приставным шагом (боком)	С мячом.	Пружинка, махи руками	1) Учить детей перепрыгивать предмет, высота 15-20см. 2) Упражнять в сохранении равновесия, идя скрестным шагом 3) Закреплять умение ползать на четвереньках «змейкой»	«Затейники» Салки с лентой,
3-4	Перекатом с пятки на носок, подскоки с ноги на ногу.	С обручем		1) Учить детей перепрыгивать предмет, высота 20-25см. 2) Упражнять в сохранении равновесия при х. по г/скамье. 3) Закреплять умение подлезать под барьером h=50см лев. и прав. боком.	«Перелётные птицы» «Затейники»
5-6	Х. на носках, в приседе и полуприседе, Б. с подскоком по команде, «змейкой».	С г/палкой	Пружинка, махи руками.	1) Учить детей запрыгивать на h=20-25см и спрыгивать. 2) Упражнять в ползании по-пластунски 3) Закреплять умение перекатываться «бревнышком» (лев. и прав. боком)	Метание, перестроения. «Перестрелка» «Улица, проспект, площадь»
7-8	На носках, на внешнем своде стопы, в приседе и полуприседе.	Б/п		1) Учить детей перепрыгивать перекладину, h=20-30 см с места. 2) Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по г/скамье (h=25-30см) с приседанием (с хлопком под коленом). 3) Закреплять умение ползать на животе по г/скамье, подтягиваясь двумя руками.	Бег и ползание Эстафеты «Переправа», «Паучки» Перестроения из одной колонны в две и обратно.

Календарное планирование на декабрь для I младшей группы.

Тема: «Катание, бросание и ловля».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	В колонну по одному; на носках.	С мячом.		1) Учить детей катать мяч по прямой из положения стоя и сидя на корточках двумя руками. 2) Упражнять в прыжках через верёвку, лежащую на полу, толкаясь двумя ногами. 3) Упражнять в умении сохранять равновесие, перешагивая через г/палки, высоко поднимая колени (5-6 шт).	«Где звенит?» (бег) «Поезд» (построение в колонну по одному)
3-4	В колонну по одному, с высоким подниманием колен.	С г/палкой	Раскачивать мяч двумя руками снизу-вверх-вперёд.	1) Учить детей бросать мяч снизу вперёд. 2) Упражнять в прыжках через г/палку (4-6 раз). 3) Упражнять в умении сохранять равновесие, перешагивая с «кочки на кочку» (М/модули).	«Птички и ветер» (бег) «Хлопотушки-топотушки» (внимание и ритм)
5-6	Маленькие шаги (на носках), большие шаги («великаны»)	Б/п	Раскачивать мяч двумя руками из-за головы вперёд.	1) Учить детей бросать мяч из-за головы двумя руками. 2) Упражнять в запрыгивании на мат и спрыгивании с него (h=7-10см). 3) Упражнять в умении сохранять равновесие, при ходьбе по доске (ш=10см), лежащей на полу.	«Зайка беленький сидит» «Бездомный заяц»
7-8	По прямой дорожке, «змейкой».	С мячом.	Раскачивать мяч двумя руками из положения согнутых рук выпрямить руки вниз.	1) Учить детей бросать мяч в пол и ловить его после отскока 2мя руками. 2) Упражнять в запрыгивании на мат (h = 15см) и спрыгивании (с h =25см). 3) Упражнять в умении сохранять равновесие, при подъёме на г/скамью и после спрыгивания с неё.	«Снежки» «Заморожу» «Птички и машины»

Календарное планирование на декабрь для II младшей группы.

Тема: «Катание, бросание и ловля».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	В колонну по одному; на носках.	С мячом.	«Пружинка» (Мах руками вперёд-назад с	1) Учить детей подлезать под дуги (h=40см) лев. и прав. боком. 2) Упражнять в скатывании мяча по наклонной доске, сбивая кеглю. 3) Закреплять умение запрыгивать на h=7см с места, отталкиваясь двумя ногами.	«Кошка и мышки» (подлезание и бег); «Где звенит?».
3-4	В колонну по одному, с высоким подниманием колен.	С г/палкой		1) Учить детей перелезть бревно (h=50см). 2) Упражнять в прокатывании мяча в ворота, стоя парами. 3) Закреплять умение спрыгивать с высоты 20-25 см.	«Птички и ветер» (бег, внимание); Построение в круг.
5-6	Маленькие шаги (на носках), большие шаги («великаны»)	Б/п		1) Учить детей лазать по наклонной лесенке (вверх и вниз). 2) Упражнять в подбрасывании мяча невысоко вверх, и ловля его двумя руками. 3) Закреплять умение перепрыгивать г/палку на h=10-15см, приземляясь на мат.	«Самолёты» (бег); «Зайка беленький сидит» (прыжки на двух ногах).
7-8	По прямой дорожке, «змейкой», парами.	С мячом.		1) Учить детей лазать по гимнастической стенке (h=1.5м). 2) Упражнять в бросках мяча об землю и ловле его. 3) Прыжок на двух ногах, продвигаясь вперёд на расстояние 2-3 м.	«Снежки» (изворотливость, ловкость, смелость); «Заморожу» (скорость реакции).

**Календарное планирование на декабрь для средней группы.
Тема: «Катание, бросание и ловля».**

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, на наружном своде стопы.	С мячом.		1) Учить детей пролезать в обруч, приподнятый от пола на $h=10$ см. 2) Упражнять в бросках мяча через сетку (двумя руками снизу, от груди, из-за головы). 3) Закреплять навык в прыжках на двух ногах с продвижением (из обруча в обруч) 5-6 раз	«Повар и котята» (подлезание и бег); «Затейники» (ходьба и внимание).
3-4	В приседе и в полуприседе; с выпадами (больш. шаг.)	С г/палкой		1) Учить детей лазать по наклонной лесенке ($h=1$ м). 2) Упражнять в бросках мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы (расстояние 2 м) и ловле его 2мя руками. 3) Закреплять навык в перепрыгивании через мягкие модули ($h = 10$ см).	«Карусель» (перестроение из шеренги в круг).
5-6	С разным положением рук; спиной вперед.	Б/п		1) Учить детей при лазании по г/стенке переходить с пролета на пролет чередующимся шагом (вправо и влево). 2) Упражнять в отбивании мяча правой и левой рукой об пол 4-5 раз подряд. 3) Закреплять навык в запрыгивании на высоту 10-15 см; спрыгивать с высоты 20-25 см.	«Мыши в кладовой» (подлезание и бег); «Совушка» (внимание, равновесие).
7-8	Высоко поднимая колени; «змейкой».	С мячом.		1) Учить детей лазать по наклонной лесенке; г/стенке (высота 2 м). 2) Упражнять в бросании мяча в стену, и ловля его 2мя руками (расстояние 1.5-2 м). 3) Закреплять навык в перепрыгивании г/палки, на мат с места ($h = 15-20$ см)	«Снежки» (смелость, ловкость); «Заморожу» (внимание, скорость реакции).

Календарное планирование на декабрь для старшей группы.

Тема: «Катание, бросание и ловля».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, на внешнем своде, в приседе и полуприседе.	С мячом.	«Пружинки» с махами полусогнутыми руками (подхват).	1) Учить детей бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками (10 раз подряд). 2) Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением (из обруча в обруч). 3) Закреплять умение сохранять равновесие, при ходьбе по г/скамье (h=25-30см) с приседанием (с хлопком под коленом).	Пятнашки с мячом. Эстафеты с мячом: -через верх; -сбоку.
3-4	«Лилипуты», «великаны», «змежкой».	С г/палкой	«Пружинки» с махами полусогнутыми руками (подхват).	1) Учить детей отбивать мяч от пола (не менее 10 раз подряд) на месте и в движении. 2) Упражнять в прыжках с продвижением, через мягкие модули (h =15-20см) – 5-6 раз. 3) Закреплять навык в сохранении равновесия, при ходьбе по наклонной доске (ш.=20см, h=35-40см) – вверх и вниз.	«Выбивало» Перестроения: -в шеренгу; -в круг; -в полукруг; -в два круга.
5-6	Перекатом с пятки на носок, приставным шагом (прав. и лев. боком)	Б/п	Подскоки с ноги на ногу с вращением рук назад (подхват).	1) Учить детей перебрасывать мяч др. через сетку (снизу, от груди, из-за головы) и ловить его двумя руками. 2) Упражнять в запрыгивании на высоту 25см с места и спрыгивании с неё на полусогнутые ноги. 3) Закреплять умение сохранять равновесие, при ходьбе по наклонной доске (ш.=20см, h=35-40см) и по г/скамье с г/палкой за головой на плечах.	«Повар и котята» (подлезание и бег), Перестроения: -в шеренгу; -в круг; -в полукруг; -в два круга.
7-8	«Змейкой», с высоким коленом, «лыжник».	С мячом.	Подскоки с толчком одной ногой, вторая нога делает мах коленом вверх.	1) Учить детей перебрасывать мяч др. (снизу, от груди, из-за головы, с отскоком от пола) и ловить его двумя руками. 2) Упражнять в прыжках в высоту с разбегом (h=30-40см) в 6-8 шагов. 3) Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по г/скамье (h=20-25см, ш.=10см).	«Белые медведи» (бег), «Мороженое» (этуод).

Календарное планирование на декабрь для подготовительной группы
Тема: «Катание, бросание и ловля».

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, на внешнем своде, в приседе и полуприседе.	С мячом.		1) Упражнять детей бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками (20 раз подряд). 2) Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением, через мягкие модули (h =15-20см) – 6-8 раз. 3) Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по г/скамье (h=25-30см) с приседанием (на носках).	Пятнашки с мячом. Эстафеты с мячом: -через верх; -сбоку.
3-4	Перекатом с пятки на носок,	С г/палкой	Подскоки с ноги на ногу с вращением рук назад (подхват).	1) Упражнять детей в перебрасывании мяча др. сетку (от груди, из-за головы) и ловить его двумя руками. 2) Упражнять в умении прыгать на двух ногах с продвижением, правым и левым боком 3) Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по г/скамье (h=25-30см, ш=20см) с хлопком под коленом (с поворотом на носках).	«Выбивало» Перестроения: -в шеренгу; -в круг; -в полукруг; -в два круга.
5-6	«Лилипуты», «Великаны», «Змейкой».	Б/п		1) Упражнять детей отбивании мяча от пола (не менее 10 раз подряд) на месте и в движении. 2) Упражнять в запрыгивании на высоту 25см с места и спрыгивать с неё на полусогнутые ноги. 3) Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по наклонной доске (h=25-30см, ш=20см) вверх и вниз.	«Повар и котята» (подлезание и бег), Перестроения: -в шеренгу; -в круг; -в полукруг; -в два круга.
7-8	Приставным шагом (прав. и лев. боком)	С мячом.		1) Упражнять детей в бросании мяча в баскетбольное кольцо с места. 2) Упражнять в умении прыгать в высоту с места (через планку). 3) Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по г/скамье (h=25-30см, ш=10см).	«Белые медведи» (бег), «Мороженое» (этюд).

Календарное планирование на январь для I младшей группы.

Тема: «Лазанье»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	В колонну по одному; на носках, с высоким подниманием колен.	б/мяч	«Пружинка», подскоки на носочках.	1) Учить перелезать через бревно (h=40см). 2) Упражнять в прокатывании мяча друг другу (расстояние 1-1.5м). 3) Закреплять умение в прыжках через верёвку, лежащую на полу, толкаясь двумя ногами.	(Равновесие, бег, прыжки, перестроения) «Хитрый кот» (бег), «Найди себе пару»
3-4	В колонну по одному, приставным шагом (лев. и прав. боком).	г/палка	«Качели» - махи руками.	1) Учить лазать по г\стенке (нижняя рейка) прав. и лев. боком. 2) Упражнять в бросках мяча снизу, от груди, из-за головы. 3) Закреплять умение в прыжках через г/палку (4-6 раз).	«Воробушки и автомобиль» «Трамвай»
5-6	Маленькие шаги (пятка к носку – «лилипуты»), большие шаги («великаны»)	обруч	«Качели» + «Пружинка»; ходьба с опорой на руки и стопы «Обезьянка».	1) Учить детей лазать по лесенке, лежащей на полу. 2) Упражнять в перебрасывании мяча через верёвку, находящуюся на уровне груди ребёнка (расстояние 1-1,5м). 3) Закреплять умение в запрыгивании на мат и спрыгивании с него (h = 7-10см).	«Птички и ветер» «Пузырь» «Где звенит?»
7-8	По прямой дорожке, «змейкой».	ленты	«Обезьянка».	1) Учить лазать по «лесенке-дуге», г/стенке удобным способом. 2) Упражнять в подбрасывании мяча вверх и его ловле 2мя руками. 3) Закреплять умение в запрыгивании на мат (h = 15см) и спрыгивании (с h =25см).	«Бездомный заяц» «Лохматый пёс» «Зайка беленький сидит»

Календарное планирование на январь для II младшей группы.

Тема: «Лазанье»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, на наружном своде стопы.	б/мяч	«Пружинка», подскоки на носочках.	1) Учить детей подлезать под дуги (h=40см) лев. и прав. боком. 2) Упражнять в скатывании мяча по наклонной доске, сбивая кеглю. 3) Закреплять умение запрыгивать на h=7-10 см с места, отталкиваясь двумя ногами.	«Ветер и птички» «Карусель» «Змейка» «Найди себе пару»
3-4	В приседе и в полуприседе; с выпадами (больш. шаг.)	обруч		1) Учить детей перелезать бревно (h=50см). 2) Упражнять в прокатывании мяча в ворота, стоя парами. 3) Закреплять умение спрыгивать с высоты 20-25 см.	«Лохматый пёс» «Автомобилисты» «Трамвайчик»
5-6	С разным положением рук; спиной вперёд.	г/палка	«Качели» + «Пружинка»	1) Учить детей лазать по наклонной лесенке. 2) Упражнять в подбрасывании мяча невысоко вверх, и ловля его двумя руками. 3) Закреплять умение перепрыгивать г/палку на h=10-15см, отталкиваясь 2мя ногами и приземляясь на мат.	«Самолёты» «1-2-3-круг сотвори» «Бусы» «Птички и автомобиль»
7-8	Высоко поднимая колени; «змейкой».	ленты	«Обезьянка».	1) Учить детей лазать по гимнастической стенке (h=1.5м). 2) Упражнять в бросках мяча об землю и ловле его. 3) Прыжок на двух ногах, продвигаясь вперёд на расстояние 2-3 м.	«Бездомный заяц» «Ловишки» «Зайка беленький сидит»

Календарное планирование на январь для средней группы.

Тема: «Лазание»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, на наружном своде стопы, высоко поднимая колени.	б/мяч	Имитационные движения руками разных способов бросков мяча.	1) Учить детей пролезать в обруч, приподнятый от пола на h=10 см. 2) Упражнять в бросках мяча через сетку (двумя руками снизу, от груди, из-за головы). 3) Закреплять навык в прыжках на двух ногах с продвижением (из обруча в обруч) 5-6 раз	«Веселый бубен» «Платочек» «Пол, потолок, окно...» «Части тела»
3-4	«Змейкой», по «льдинкам»	обруч		1) Учить детей лазать по наклонной лесенке (h=1м). 2) Упражнять в бросках мяча друг другу двумя руками с низу, от груди, из-за головы (расстояние 2 м) и ловле его. 3) Закреплять навык в перепрыгивании через мягкие модули (h =10 см).	«Автомобилисты» «Такси» «Найди свою пару»
5-6	Приставным шагом (лев. и прав. боком), спиной вперёд.	ленты	«Качели» + «Пружинка» ходьба с опорой на руки и стопы «Обезьянка».	1) Учить детей при лазании по г/стенке переходить с пролета на пролет чередующимся шагом (вправо и влево). 2) Упражнять в отбивании мяча правой и левой рукой об пол 4-5 раз подряд. 3) Закреплять навык в запрыгивании на высоту 10- 15 см; спрыгивать с высоты 20-25 см.	«Птички и автомобиль» «Карусель» «Бусы» «Совушка»
7-8	С разным положением рук; спиной вперёд, с кружением.	Мешочки с песком	Имитационные движения руками в метании мяча.	1) Учить детей лазать по г/стенке (высота 2м). 2) Упражнять в метании предмета на дальность (расстояние 5-6.5м), в горизонтальную цель (расстояние 2-2.5 м в вертикальную цель (расстояние 1.5-2 м). 3) Закреплять навык в перепрыгивании г/палки, на мат с места (h = 15-20 см).	«Снежки» «Заморожу»

Календарное планирование на январь для старшей группы.

Тема: «Лазание»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	«Змейкой», по «льдинкам»	б/мяч		1) Учить детей пролезать в обруч прямо и боком. 2) Упражнять в бросках мяча вверх, о землю и ловле его двумя руками (10 раз подряд). 3) Закреплять навык в прыжках на двух ногах с продвижением (из обруча в обруч).	(Равновесие, бег, прыжки, перестроения). Эстафеты: - «Хоккеисты» - «Слалом» - «Совушка»
3-4	С разным положением рук; спиной вперёд, с кружением.	г/палка	Ходьба с опорой н ладони и стопы – «Обезьянка».	1) Учить детей влезать по наклонной лестнице, слезать по вертикальной (h=70см) 2) Упражнять в отбивании мяча от пола (не менее 10 раз подряд) на месте и в движении. 3) Закреплять навык в прыжках с продвижением, через мягкие модули (h =15-20см) 5-6 раз.	«Хвост и голова дракона» «Вьюга волнуется раз...»
5-6	Гимнастический шаг, приставной шаг (прямо).	обруч	«Качели» + «Пружинка»	1) Учить детей лазать по г/стенке чередующимся шагом. 2) Упражнять в перебрасывании мяча др. через сетку (снизу, от груди, из-за головы) и ловле его двумя руками. 3) Закреплять навык в запрыгивании на высоту 25см с места и спрыгивании с неё на полусогнутые ноги.	Эстафеты: - «Такси»; - «Зайчата»; - «Три мяча».
7-8	Приставным шагом (лев. и прав. боком), перекатом с пятки на носок.	гантели	Подскоки с ноги на ногу.	1) Учить детей лазать по г/стенке, поднимаясь вверх по диагонали с пролета на пролет. 2) Упражнять в перебрасывании мяча др. (снизу, от груди из-за головы, с отскоком от пола) и ловить его двумя руками. 3) Закреплять навык в прыжках в высоту с разбегом (h =30-40см) в 6-8 шагов.	«Снежки»; «Ловишки» «Горелки с платком» «1-2-3-пару себе найди».

**Календарное планирование на январь для подготовительной группы.
Тема: «Лазание»**

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	«Змейкой», по «льдинкам»	б/мяч		1) Упражнять детей в умении перелезть через бревно h=50см (прыжком). 2) Упражнять в бросках мяча вверх, о землю и ловить его двумя руками (10 раз подряд). 3) Закреплять навык в прыжках с продвижением, через мягкие модули (h =15-20см) 6-8 раз.	Эстафеты: - «Хоккеисты» - «Слалом» - «Совушка»
3-4	С разным положением рук; спиной вперёд, с кружением.	г/палка	Ходьба с опорой на руки и стопы – «Обезьянка».	1) Упражнять детей в умении пролезть в обруч, лежащий на полу (закреплённый на высоте 15-20см от пола), опираясь на ноги и руки. 2) Упражнять в отбивании мяча от пола (не менее 10 раз подряд) на месте и в движении. 3) Закреплять навык в запрыгивании на высоту 25см с места и спрыгивать с неё на полусогнутые ноги.	«Хвост и голова дракона», «Вьюга волнуется раз...»
5-6	Гимнастический шаг, приставной шаг (прямо).	обруч	Подскоки с ноги на ногу. «Качели» + «Пружинка»	1) Упражнять детей в умении влезть по наклонной лестнице, слезать по вертикальной (h=1м). 2) Упражнять в перебрасывании мяча др. через сетку (снизу, от груди, из-за головы) и ловить его двумя руками. 3) Закреплять навык в запрыгивании с 3-х шагов на предмет (h =40см) и спрыгивании с него.	Эстафеты: - «Такси»; - «Зайчата»; - «Три мяча».
7-8	Приставным шагом (лев. и прав. боком), перекатом с пятки на носок.	б/мяч	Подскоки с ноги на ногу.	1) Упражнять детей в умении влезть на г/стенку и спускаться с неё, переходить с пролёта на пролёт по диагонали. 2) Упражнять в бросании мяча в баскетбольное кольцо с места. 3) Закреплять навык в прыжках в высоту с места (не менее 50см).	«Снежки», «Ловишки», «Горелки» с платком «1-2-3-пару себе найди».

Календарное планирование на февраль для I младшей группы.

Тема: «Прыжки в длину с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носочках, прав. и лев. боком по верёвке.	г/палка	«Пружинка», подскоки на носочках.	1) Учить детей перепрыгивать через г/палку. 2) Упражнять в перелезании через бревно (h=40см). 3) Упражнять в умении прокатывать мяч друг другу (расстояние 1-1.5м).	«Части тела» «Хитрый кот»
3-4	С разным положением рук, «змейкой»	б/мяч	«Качели» + «Пружинка»	1) Учить детей перепрыгивать через две линии (расстояние 10см) с места, отталкиваясь двумя ногами. 2) Упражнять в лазании по г\стенке (нижняя рейка) прав. и лев. боком. 3) Упражнять в умении в бросать мяч снизу, из-за головы.	«Лохматый пес» «Мыши и кот» «Снегопад» «Самолеты»
5-6	Высоко поднимая колени; «уточка»	г/обруч	«Качели» + «Пружинка»	1) Учить детей перепрыгивать через две линии (расстоянии 20см) с места, оттолкаясь двумя ногами. 2) Упражнять в лазании по лесенке, лежащей на полу. 3) Упражнять в умении перебрасывать мяч через сетку, находящуюся на уровне груди ребёнка (расстояние 1-1.5м).	«Маленькие птички» «Бездомный заяц» «Зайка беленький сидит»
7-8	Маленькие шаги (пятка к носку – «лилипуть»), большие шаги («великаны»)	ленты	«Качели» + «Пружинка»	1) Учить детей перепрыгивать через две линии (расстояние 30см) с места, толкаясь двумя ногами. 2) Упражнять в лазании по наклонной лесенке (1м) удобным способом. 3) Упражнять в подбрасывании мяча вверх и его ловле 2 мя руками.	«День – ночь» «Найди свое место» «Поезд»

Календарное планирование на февраль для II младшей группы.

Тема: «Прыжки в длину с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	На носках, на наружном своде стопы.	г/палка	«Качели» + «Пружинка»	1) Учить детей прыгать на 2х ногах с продвижением по мягкому покрытию (мат). 2) Упражнять в подлезании под дуги (h=40см) лев. и прав. боком. 3) Закреплять умение прокатывать мяч в ворота, стоя парами.	«Кот и мыши», «Части тела»
3-4	В приседе и в полуприседе; с выпадами (больш. шаг.)	б/мяч	«Качели» + «Пружинка»	1) Учить детей перепрыгивать предметы (h=5-7см) 3-5 раз подряд. 2) Упражнять в перелезании бревна (h=50см). 3) Закреплять умение в подбрасывании мяча невысоко вверх, и ловля его двумя руками.	«Самолётики», «Пузырь»
5-6	С разным положением рук; спиной вперёд.	г/обруч	Ходьба с опорой на руки и стопы – «Слоник».	1) Учить детей перепрыгивать через две линии (расстояние 30см) с места, толкаясь двумя ногами. 2) Упражнять в лазании по «лесенке-дуге». 3) Закреплять умение в бросках мяча об землю и ловле его.	«Совушка», «Найди себе пару»
7-8	Парами, высоко поднимая колени; «змейкой».	ленты	Ходьба с опорой на руки и стопы - «Слоник».	1) Учить детей прыгать в длину с места (до 50см). 2) Упражнять в лазании по гимнастической стенке (h=1.5м), лазалке-дуге. 3) Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу парами (расстояние 1,5-2 м).	«Лохматый пес», «Поезд».

Календарное планирование на февраль для средней группы.

Тема: «Прыжки в длину с разбега»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	«Змейкой», по «льдинкам», скрестный шаг.	г/палка		1) Учить детей прыгать на двух ногах боком (правым и левым), прыжки вперед-назад. 2) Упражнять в пролезании в обруч, приподнятого от пола на h=10 см. 3) Закреплять навык в бросках мяча через сетку (двумя руками с низу, от груди, из-за головы).	«Части тела», «Платочек»
3-4	Приставным шагом (лев. и прав. боком), перекатом с пятки на носок.	Гантели обруч		1) Учить детей прыгать попеременно на правой и левой ноге по 4-5м. 2) Упражнять в лазании по наклонной лесенке (h=1м). 3) Закреплять навык в бросках мяча друг другу двумя руками снизу, от груди, из-за головы (расстояние 2м) и ловле его.	Эстафеты: беговые, «Три мяча»
5-6	Маленькие шаги (пятка к носку – лилипуты»), большие шаги – («великаны»)	б/мяч		1) Учить детей прыгать последовательно из обруча в обруч на 2х ногах. 2) Упражнять в лазании по г/стенке с переходом с пролета на пролет чередующимся шагом (вправо и влево). 3) Закреплять навык в отбивании мяча правой и левой рукой об пол 4-5 раз подряд.	«Совушка», «Найди свою пару»
7-8	Парами, высоко поднимая колени; «змейкой».	м/мяч		1) Учить детей прыгать в длину с места (60-80см). 2) Упражнять в лазании по г/стенке (высота 2м). 3) Закреплять навык в метании предмета на дальность (расстояние 5-6.5м), в горизонтальную цель (расстояние 2-2.5 м), в вертикальную цель (расстояние 1.5-2 м).	«Горелки» (с платком), «Иголлка и нитка»

**Календарное планирование на февраль для старшей группы.
Тема: «Прыжки в длину с разбега»**

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	«Змейкой», по «льдинкам», скрестный шаг.	г/палка		1) Учить детей прыгать на двух ногах боком (правым и левым), прыжки вперед-назад. 2) Упражнять в пролезании в обруч прямо и боком. 3) Закреплять навык в бросках мяча вверх, о землю и ловле его двумя руками (10 раз подряд).	«Чай-чай выручай» (пятнашки) «Найди и промолчи»
3-4	Приставным шагом (лев. и прав. боком), перекатом с пятки на носок.	б/мяч	Работа рук как в беге.	1) Учить детей прыгать попеременно на правой и левой ноге по 4-5м. 2) Упражнять в лазании по наклонной лестнице вверх, а спускаться по вертикальной. 3) Закреплять навык в отбивании мяча от пола (не менее 10 раз подряд) на месте и в движении.	«Петушьи бои» «Совушка»
5-6	Гимнастический шаг, приставной шаг (прямо).	обруч	Синхронная работа двумя руками.	1) Учить детей прыгать последовательно из обруча в обруч на 2х ногах. 2) Упражнять в лазать по г/стенке чередующимся шагом. 3) Закреплять навык в перебрасывании мяча др. через сетку (снизу, от груди, из-за головы) и ловле его двумя руками.	«Космонавты» «Воевода» «Три стихии»
7-8	С разным положением рук; спиной вперед, с кружением.	гантели		1) Учить детей прыгать в длину с разбега. 2) Упражнять в лазать по г/стенке, поднимаясь вверх по диагонали с пролета на пролет. 3) Закреплять навык в перебрасывании мяча др. (снизу, от груди из-за головы, с отскоком от пола) и ловить его двумя руками.	«Повар и котята» «Горелки» с платком

**Календарное планирование на февраль для подготовительной группы.
Тема: «Прыжки в длину с разбега»**

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	«Змейкой», по «льдинкам», скрестный шаг.	Мешочек с песком	Махи полусогнутыми руками (взмах) при выполнении прыжка.	1) Учить детей прыгать, продвигаясь вперёд на 5-6 м; перепрыгивая линию (веревку) боком, с зажатым между ног мешочком с песком, перепрыгивая через 6-8 мягких модулей (h=10-15см). 2) Упражнять в перелезании через бревно h=50см(прыжком). 3) Закреплять навык в бросании мяча вверх, о землю и ловле его двумя руками (10 раз подряд).	«Чай-чай выручай» (пятнашки)
3-4	Приставным шагом (лев. и прав. боком), перекатом с пятки на носок.	б/мяч	Подскок на месте и с разбега, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка на 25-30см	1) Учить детей вспрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40см, спрыгивать с них. 2) Упражнять в пролезании в обруч, лежащий на полу (закреплённый на высоте 15-20см от пола), опираясь на стопы и ладони. 3) Закреплять навык в отбивании мяча от пола (не менее 10 раз подряд) на месте и в движении.	«Петушьи бои» «Бег в мешках»
5-6	Гимнастический шаг, приставной шаг (прямо).	обруч		1) Учить детей прыгать в длину с разбега 180-190 см. 2) Упражнять в лазании по горизонтальной (наклонной) лестнице, приподнятой на высоту 50см. 3) Закреплять навык в перебрасывании мяча др. через сетку (снизу, от груди, из-за головы) и ловить его двумя руками.	Эстафета: - «Скалолазы» - «Пионербол»
7-8	С разным положением рук; спиной вперёд, с кружением.	г/палка		1) Учить детей прыгать в длину с места (не менее 100 см). 2) Упражнять в залезании на г/ стенку и спуске с неё, переходя с пролёта на пролёт по диагонали. 3) Закреплять навык в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо с места.	Эстафеты: «Хоккей» «Лыжи» «Баскетбол»

Календарное планирование на март для I младшей группы.

Тема: «Метание в цель и вдаль»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом, вразвалочку. Б. на носках с остановками по команде.	лента	Замах (мах снизу с пружинкой ногами)	1) Учить перебрасывать мяч через верёвку, находящуюся на уровне груди ребёнка на расстоянии 1-1.5 м, одной рукой (лев. и прав.), способом снизу. 2) Упражнять в прыжках, отталкиваясь 2мя ногами, через г/палку. 3) Упражнять в перелезании через бревно (h=40см) лев. и прав. боком.	«Хитрый кот» «Поезд»
3-4	Х. на носках, с высоким коленом, на внешнем своде стопы. Б. на носках с остановками по команде.	обруч		1) Учить бросать предмет в горизонтальную цель на уровне глаз ребёнка и ниже, 1й рукой (лев. и прав.) способом от себя (расстояние 1м). 2) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 10 см), толкаясь двумя ногами. 3) Упражнять в лазании по г\стенке (нижняя рейка) прав. и лев. боком одноимённым способом.	«Белки в домиках» «Змейка»
5-6	Х. марш, маленькие и большие шаги. Б. с разным положением рук.	м/мяч		1) Учить бросать предмет в вертикальную цель на уровне глаз ребёнка и выше, способом от плеча (расстояние 1 м). 2) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 20см), толкаясь двумя ногами. 3) Упражнять в лазании по лесенке, лежащей на полу разноимённым способом.	«Птичка и птенчики» «Пузырь»
7-8	Х. «змейкой» по узкой дорожке с перешагиванием предметов. Б. «змейкой», по узкой дорожке	г/палка		1) Учить бросать предмет вдаль одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху (расстояние 2.5 м). 2) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 30 см), толкаясь двумя ногами. 3) Упражнять в лазании по «лесенке-дуге», г/стенке приставным способом.	«Карусель» этюд «Сосулька»

Календарное планирование на март для II младшей группы.

Тема: «Метание в цель и вдаль»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом, вразвалочку. Б. на носках с остановками по команде.	лента	Замах (мах снизу с пружинкой ногами). Мах руками.	1) Учить перебрасывать мяч через верёвку, находящуюся на уровне груди ребёнка на расстоянии 1-1.5 м, одной рукой (лев. и прав.), способом снизу. 2) Упражнять в прыжках, отталкиваясь 2мя ногами, через г/палку. 3) Упражнять в перелезании через бревно (h=40см) лев. и прав. боком.	«Хитрый кот» «Поезд»
3-4	Х. на носках, с высоким коленом, на внешнем своде стопы. Б. на носках с остановками по команде.	обруч	Мах руками.	1) Учить бросать предмет в горизонтальную цель на уровне глаз ребёнка и ниже, 2 мя рукой (лев. и прав.) способом от себя (расстояние 1м). 2) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 10 см), толкаясь двумя ногами. 3) Упражнять в лазании по г\стенке (нижняя рейка) прав. и лев. боком одноимённым способом.	«Белки в домиках» «Змейка»
5-6	Х. марш, маленькие и большие шаги. Б. с разным положением рук.	м/мяч	Мах руками.	1) Учить бросать предмет в вертикальную цель на уровне глаз ребёнка и выше, способом от плеча (расстояние 1 м). 2) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 20см), толкаясь двумя ногами. 3) Упражнять в лазании по лесенке, лежащей на полу разноимённым способом.	«Птичка и птенчики» «Пузырь»
7-8	Х. «змейкой» по узкой дорожке с перешагиванием предметов. Б. «змейкой», по узкой дорожке	г/палка	Мах руками.	1) Учить бросать предмет вдаль одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху (расстояние 2.5 -3м). 2) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 30 см), толкаясь двумя ногами. 3) Упражнять в лазании по «лесенке-дуге», г/стенке приставным способом.	«Карусель» этюд «Сосулька»

Календарное планирование на март для средней группы.

Тема: «Метание в цель и вдаль»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом, вразвалочку. Б. на носках с остановками по команде.	б/п	Замах	1) Учить подкидывать м/мяч одной рукой и ловить другой. 2) Упражнять в прыжках на 2х ногах (вправо, влево, вперёд, назад). 3) Закреплять умение пролезать в обруч, приподнятый на $h = 10\text{см}$, правым и левым боком приставным шагом.	Эстафета беговая, Челночный бег(3x5), «Пол, потолок, окно...»
3-4	Х. на носках, с высоким коленом, на внешнем своде стопы. Б. с изменением направления движения.	обруч	Замах	1) Учить бросать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой (расстояние 2-2.5м) способом от себя. 2) Упражнять в прыжках попеременно на прав. и лев. ноге по 4-5м. 3) Закреплять умение лазать по наклонной лестнице ($h=0.5\text{м}$) разноимённым способом.	«Бездомный заяц» «зайка серенький сидит»
5-6	Х. марш, маленькие и большие шаги. Б. с разным положением рук.	г/палка	Замах	1) Учить метать предмет в вертикальную цель (расстояние 1.5-2м), одной рукой (лев. и прав.), способом от плеча. 2) Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд(4-5м). 3) Закреплять умение лазать по г/стенке приставным шагом (вправо и влево).	«Перелётные птицы» «Ручеек»
7-8	Х. «змейкой» по узкой дорожке с перешагиванием предметов. Б. «змейкой», по узкой дорожке	б/мяч	Замах	1) Учить метать предмет на дальность (5-6.5м) одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху. 2) Упражнять в прыжках в длину с места (50-60 см), отталкиваясь 2мя ногами. 3) Закреплять умение лазать по г/стенке ($h=2\text{м}$) разноимённым способом	«Тетёра» ходьба парами.

Календарное планирование на март для старшей группы.

Тема: «Метание в цель и вдаль»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом. Б. с высоким коленом.	б/п	Замах, прицеливание.	1) Учить метать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом снизу (расстояние 3,5-4м) 2) Упражнять в прыжках на двух ногах боком (правым и левым), прыжки вперед-назад. 3) Упражнять в пролезании в обруч прямо и боком (лев. и прав.) приставным шагом.	«Тетёра» построение и ходьба парами
3-4	Х. на носках, на внешнем своде, с захлестом голени. Б. на носках с остановками по команде.	обруч	Замах	1) Учить метать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом от себя (расстояние 3.5-4м). 2) Упражнять в прыжках попеременно на прав. и лев. ноге по 4-5м. 3) Закреплять умение лазать по наклонной лестнице вверх и по вертикальной лестнице вниз, разноимённым способом	«Ручеёк» этнод «Сосулька»
5-6	Х. марш, гимнастический шаг, приставной шаг. Б. с переменной скорости.	скакалка	Замах	1) Учить метать предмет в вертикальную цель лев. и прав. рукой, способом от плеча (расстояние 2-2.5м) 2) Упражнять в прыжках с продвижением вперед на 2х ногах. 3) Упражнять в лазании по г/стенке разноимённым способом.	«Перелёт птиц» «Пол, потолок, окно...» ходьба (марш)
7-8	Х. марш, «змейка», спиной вперед. Б. «змейка», спиной вперед.	б/мяч	Замах	1) Учить метать предмет вдаль лев. и прав. рукой, способом прямой рукой сверху (расстояние 6-12м). 2) Упражнять в прыжках в длину на 2х ногах с места (60-80см). 3) Упражнять в лазании по г/стенке, поднимаясь вверх по диагонали с пролета на пролет, разноимённым способом.	«Ловишки с ленточками» «Иголлка с ниткой»

Календарное планирование на март для подготовительной группы.

Тема: «Метание в цель и вдаль»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом. Б. с высоким коленом.	б/п	Замах.	1) Учить метать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом снизу (расстояние 3,5-4 м) 2) Упражнять в прыжках на 2 х ногах с продвижением вперед на 5-6 м 3) Закреплять навык в перелезании через бревно h=50см (прыжком с опорой на руки).	«Тетёра» построение и ходьба парами
3-4	Х. на носках, на внешнем своде, с захлестом голени. Б. на носках с остановками по команде.	обруч	Замах	1) Учить метать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом от себя (расстояние 3.5-4м). 2) Упражнять в прыжках попеременно на прав. и лев. ноге по 4-5м. 3) Закреплять умение лазать по наклонной лестнице вверх и по вертикальной лестнице вниз, разноимённым способом	«Ручеёк» этнод «Сосулька»
5-6	Х. марш, гимнастический шаг, приставной шаг. Б. с переменной скорости.	скакалка	Замах	1) Учить метать предмет в вертикальную цель лев. и прав. рукой, способом от плеча (расстояние 2-2.5м) 2) Упражнять в прыжках с продвижением вперёд на прав. и лев. ноге по 4-5 м. 3) Упражнять в лазании по г/стенке разноимённым способом.	«Перелёт птиц» «Пол, потолок, окно...» ходьба (марш)
7-8	Х. марш, «змейка», спиной вперёд. Б. «змейка», спиной вперёд.	б/мяч	Замах	1) Учить метать предмет вдаль лев. и прав. рукой, способом прямой рукой сверху (расстояние 6-12 м). 2) Упражнять в прыжках в длину на 2х ногах с места (60-80см). 3) Упражнять в лазании по г/стенке, поднимаясь вверх по диагонали с пролета на пролет, разноимённым способом.	«Ловишки с ленточками» «Иголлка с ниткой»

Календарное планирование на апрель для I младшей группы.

Тема: «Прыжки в длину с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, на внешнем своде стопы, врассыпную. Б. с измен. направления по команде.	мяч	Махи руками. Работа рук в беге.	1) Учить детей делать подскоки, слегка продвигаясь вперед. 2) Упражнять в беге, работая руками и энергично отталкиваясь стопой. 3) Упражнять в перебрасывании предмета через верёвку, находящуюся на уровне груди ребёнка на расстоянии 1-1.5м, одной рукой (лев. и прав.), способом снизу.	«Солнышко и дождик» «Лохматый пёс»
3-4	Х. на носках, с высоким коленом, приставным шагом в прав. и лев. Б. на носках.	г/палка	Работа рук в беге.	1) Учить детей прыгать в высоту с прямого разбега. 2) Упражнять в беге с изменением направления. 3) Упражнять в бросках предмета в горизонтальную цель на уровне глаз ребёнка и ниже, 1й рукой (лев. и прав.) способом от себя (расстояние 1м).	«Мыши и кот» (ползание на четвереньках),
5-6	Х. на носках, на внешнем своде стопы, врассыпную. Б. с измен. направления по команде, «змейкой».	обруч	Пружинка	1) Учить детей спрыгивать с высоты 15-20см. 2) Упражнять в беге челночным бегом. 3) Упражнять в бросках предмета в вертикальную цель на уровне глаз ребёнка и выше, способом от плеча (расстояние 1м).	«Воробышки и автомобили»
7-8	Х. на носках, с захлестом голени, приставным шагом в прав. и лев. Б. на носках.	скакалка		1) Учить детей крутить скакалку. 2) Упражнять в беге с переменной скорости. 3) Упражнять в бросках предмета вдаль одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху (расстояние 2.5м).	«Курочка и цыплята»

Календарное планирование на апрель для II младшей группы.

Тема: «Прыжки в длину с места»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, на внешнем своде стопы, врассыпную. Б. с измен. направления по команде.	мяч	Махи руками. Работа рук в беге.	1) Учить детей делать подскоки, слегка продвигаясь вперед. 2) Упражнять в беге, работая руками и энергично отталкиваясь стопой. 3) Упражнять в перебрасывании предмета через верёвку, находящуюся на уровне груди ребёнка на расстоянии 1-1.5м, одной рукой (лев. и прав.), способом снизу.	«Солнышко и дождик» «Лохматый пёс»
3-4	Х. на носках, с высоким коленом, приставным шагом в прав. и лев. Б. на носках.	г/палка	Работа рук в беге.	1) Учить детей прыгать в высоту с прямого разбега. 2) Упражнять в беге с изменением направления. 3) Упражнять в бросках предмета в горизонтальную цель на уровне глаз ребёнка и ниже, 1й рукой (лев. и прав.) способом от себя (расстояние 1м).	«Мыши и кот» (ползание на четвереньках),
5-6	Х. на носках, на внешнем своде стопы, врассыпную. Б. с измен. направления по команде, «змейкой».	обруч	Пружинка	1) Учить детей спрыгивать с высоты 20-25см. 2) Упражнять в беге челночным бегом. 3) Упражнять в бросках предмета в вертикальную цель на уровне глаз ребёнка и выше, способом от плеча (расстояние 1 м).	«Воробышки и автомобили»
7-8	Х. на носках, с захлестом голени, приставным шагом в прав. и лев. Б. на носках.	скакалка		1) Учить детей крутить скакалку. 2) Упражнять в беге с переменной скорости. 3) Упражнять в бросках предмета вдаль одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху (расстояние 2.5 м).	«Курочка и цыплята»

Календарное планирование на апрель для средней группы.

Тема: «Прыжки в длину с разбега»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, на внешнем своде стопы, враспынную. Б. с измен. направления по команде «змейкой».	мяч	Работа рук в беге. Мах коленом в подскоке и приземление на 2-х ноги.	1) Учить детей прыгать в высоту с прямого разбега. 2) Упражнять в беге большими шагами, высоко поднимая колени; малыми шагами (семенящий шаг – упругой стопой). 3) Упражнять в подкидывании м/мяча одной рукой и ловле его другой.	«Мяч ведущему» «Платочек»
3-4	Х. на носках, на внешнем своде, с захлестом голени. Б. на носках с остановками по команде.	г/палка	Работа рук в беге. Мах коленом в подскоке и приземление на 2 ноги.	1) Учить детей прыгать в длину с разбега. 2) Упражнять в выполнении бег. упр. – прямой галоп; захлест голени, бег со старта из и.п. – сидя по-турецки. 3) Закреплять умение бросать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой (расстояние 2-2.5м) способом от себя.	«Ровным кругом» «Перелётные птицы»
5-6	Х. марш, маленькие и большие шаги. Б. с разным положением рук.	обруч	Пружинка	1) Учить детей спрыгивать с высоты 25см. 2) Упражнять в беге с высокого старта на скорость. 3) Закреплять умение метать предмет в вертикальную цель (расстояние 1.5-2м), одной рукой (лев. и прав.), способом от плеча.	«Выбивало» «Али-баба»
7-8	Х. на носках, с высоким коленом, на внешнем своде стопы. Б. на носках с остановками по команде.	скакалка		1) Учить детей крутить скакалку. 2) Упражнять в челночном беге, эстафетах. 3) Закреплять умение метать предмет на дальность (5-6.5м) одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху.	«Рыбалка» «Гуси-гуси»

Календарное планирование на апрель для старшей группы.

Тема: «Прыжки в длину с разбега»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом Б. с выполнением бег. упр.	мяч	Работа рук в беге. Мах коленом в подскоке и приземление на 2-х ноги.	1) Учить детей прыгать в высоту с прямого разбега. 2) Упражнять в выполнении беговые упр. высокое колено, захлест голени, прямые ноги). 3) Закреплять умение метать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом снизу (расстояние 3.5-4м)	«Городки» Эстафеты
3-4	Х. на носках, на внешнем своде, с захлестом голени. Б. на носках с остановками по команде.	г/палка	Работа рук в беге. Мах коленом в подскоке и приземление на 2 ноги.	1) Учить детей прыгать в длину с разбега (с 6-8 шагов) 2) Упражнять в выполнении высокого старта 3) Закреплять умение метать предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом от себя (расстояние 3,5-4м).	«Резиночка» «Выбивало»
5-6	Х. марш, с перекатом, «змейка», спиной вперед. Б. «змейка», спиной вперед.	обруч	Вращение скакалки одной рукой (лев. и прав.)	1) Учить детей прыгать с короткой скакалкой. 2) Упражнять в челночном беге (3x10м) 3) Закреплять умение метать предмет в вертикальную цель лев. и прав. рукой, способом от плеча (расстояние 2– 2.5м)	Эстафеты, «Али-баба»
7-8	Х. на носках, на внешнем своде стопы, скрестным шагом. Б. преодолением препятствий.	скакалка	Вращение скакалки одной рукой (лев. и прав.)	1) Учить детей прыгать с короткой и длинной скакалкой. 2) Упражнять в беге по пересеченной местности (300м) 3) Закреплять умение метать предмет вдаль лев. и прав. рукой, способом прямой рукой сверху (расстояние 6-12 м).	«Футбол» «Гуси-гуси»

**Календарное планирование на апрель для подготовительной группы.
Тема: «Прыжки в длину с разбега»**

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом Б. с выполнением бег. упр.	мяч	Работа рук в беге. Мах коленом в подскоке и приземление на 2 ноги.	1) Учить детей прыгать в длину с разбега (с 6-8 шагов) 2) Упражнять в выполнении беговых упр. (высокое колено, захлест голени, прямые ноги). 3) Закреплять умение набивать мяч о землю прав. и лев. рукой	Городки Эстафеты
3-4	Х. на носках, на внешнем своде, с захлестом голени. Б. на носках с остановками по команде.	г/палка	Работа рук в беге. Мах коленом в подскоке и приземление на 2-х ноги.	1) Учить детей прыгать в высоту с прямого разбега. 2) Упражнять в выполнении высокого старта. 3) Закреплять умение вести мяч с передачей.	Резиночка Выбивало
5-6	Х. марш, с перекатом, «змейка», спиной вперед. Б. «змейка», спиной вперед.	обруч	Бег. упр.– прямые ноги.	1) Учить детей прыгать в высоту с косоного разбега. 2) Упражнять в челночном беге (3x10м) 3) Закреплять умение метать предмет в вертикальную цель лев. и прав. рукой, способом от плеча (расстояние 2-2.5м)	Эстафеты «Али-баба»
7-8	Х. на носках, на внешнем своде стопы, скрестным шагом. Б. преодолением препятствий.	скакалка	Вращение скакалки одной рукой (лев. и прав.)	1) Учить детей прыгать с короткой и длинной скакалкой 2) Упражнять в беге по пересеченной местности (300м) 3) Закреплять умение метать предмет вдаль лев. и прав. рукой, способом прямой рукой сверху (расстояние 6-12м).	Футбол «Гуси-гуси»

Календарное планирование на май для I младшей группы.

Тема: «Бег»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. «змейкой» на носках, высоко поднимая колени. Б. с перепрыгиванием препятствий «канавки»	г/палка	Работа рук, м/пружинка. Мах руками, б/ пружинка	1) Учить бегать работая руками и энергично отталкиваясь стопой. 2) Упражнять в перебрасывании предмета через верёвку, находящуюся на уровне груди ребёнка на расстоянии 1-1.5м, одной рукой (лев. и прав.), способом снизу. 3) Упражнять в прыжках, отталкиваясь 2мя ногами, через г/палку.	«Птички и ветер» «Поезд»
3-4	Х. приставным шагом (лев. и прав. боком) Б. с изменением направления.	кольца		1) Учить бегать с изменением направления. 2) Упражнять в бросках предмета в горизонтальную цель на уровне глаз ребёнка и ниже, 1й рукой (лев. и прав.) способом от себя (расстояние 1м). 3) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 10см), толкаясь двумя ногами	«Воробышки и автомобили» «Курочка и цыплята»
5-6	Х. марш, маленькие и большие шаги. Б. с разным положением рук.	м/мяч		1) Учить бегать челночный бег 2) Упражнять в бросках предмета в вертикальную цель на уровне глаз ребёнка и выше, способом от плеча (расстояние 1м). 3) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 20см), толкаясь двумя ногами.	Игр. упр. «Кто быстрее принесёт игрушки»
7-8	Х. на носках, с высоким коленом, на внешнем своде стоп. Б. на носках с остановками по команде.	обруч		1) Учить бегать с переменной скорости. 2) Упражнять в бросках предмета вдаль одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху (расстояние 2.5м). 3) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 30см), толкаясь двумя ногами.	«Ровным кругом»

Календарное планирование на май для II младшей группы.

Тема: «Бег»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. «змейкой» на носках, высоко поднимая колени. Б. с перепрыгиванием препятствий	г/палка	Работа рук, м/пружинка. Мах руками, б/ пружинка	1) Учить бегать змейкой др. за др. 2) Упражнять в перебрасывании предмета через верёвку, находящуюся на уровне груди ребёнка на расстоянии 1-1.5м, одной рукой (лев. и прав.), способом снизу. 3) Упражнять в прыжках, отталкиваясь 2мя ногами, через г/палку.	«Зайчата и ветер» «Поезд»
3-4	Х. приставным шагом (лев. и прав. боком) Б. с изменением направления.	кольца	Замах	1) Учить бегать большими шагами, высоко поднимая колени; малыми шагами (семенящий шаг – упругой стопой). 2) Упражнять в бросках предмета в горизонтальную цель на уровне глаз ребёнка и ниже, 1й рукой (лев. и прав.) способом от себя (расстояние 1м). 3) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 10 см), толкаясь двумя ногами	«Воробышки и автомобили» «Белые медведи»
5-6	Х. марш, маленькие и большие шаги. Б. с разным положением рук.	м/мяч	Замах	1) Учить бегать челночный бег 2) Упражнять в бросках предмета в вертикальную цель на уровне глаз ребёнка и выше, способом от плеча (расстояние 1 м). 3) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 20см), толкаясь двумя ногами.	Игр. упр. «Кто быстрее принесёт игрушки»
7-8	Х. на носках, с высоким коленом, на внешнем своде стоп Б. на носках с остановками по команде.	обруч	Замах	1) Учить бегать с переменной скорости. 2) Упражнять в бросках предмета вдаль одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху (расстояние 2.5м). 3) Упражнять в прыжках с места через две линии (расстояние 30см), толкаясь двумя ногами.	«Ровным кругом»

Календарное планирование на май для средней группы.

Тема: «Бег, прыжки со скакалкой»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. «змейкой» на носках, высоко поднимая колени. Б. с перепрыгиванием препятствий «канавки»	г/палка		1) Учить бегать большими шагами, высоко поднимая колени, малыми шагами (семенящий шаг – упругой стопой). 2) Упражнять в подкидывании м/мяча одной рукой и ловле его другой. 3) Упражнять в прыжках на 2х ногах (вправо, влево, вперёд, назад).	«Ловишки с ленточкой», эстафеты прыжковые
3-4	Х. приставным шагом (лев. и прав. боком) Б. с изменением направления.	кольца		1) Учить выполнять упр. – прямой галоп; захлест голени. 2) Упражнять в бросании предмет в горизонтальную цель лев. и прав. рукой (расстояние 2-2.5м) способом от себя. 3) Упражнять в прыжках попеременно на прав. и лев. ноге по 4-5 м.	Игр. упр. «лошадка» «Белые медведи»
5-6	Х. марш, маленькие и большие шаги. Б. с разным положением рук.	м/мяч		1) Учить бегать с высокого старта на скорость 2) Упражнять в метании предмета в вертикальную цель (расстояние 1.5-2м), одной рукой (лев. и прав.), способом от плеча. 3) Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперёд (4-5 м).	«Третий лишний», «Платочек»
7-8	Х. на носках, с высоким коленом, на внешнем своде стоп Б. на носках с остановками по команде.	обруч		1) Учить бегать челночный бег, эстафеты. 2) Упражнять в метании предмета на дальность (5-6.5м) одной рукой (лев. и прав.), способом прямой рукой сверху. 3) Упражнять в прыжках в длину с места (60-80 см), отталкиваясь 2мя ногами.	«Перенеси игрушки», «Классики»

Календарное планирование на май для старшей группы.

Тема: «Бег, прыжки со скакалкой»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом. Б. с высоким коленом.	г/палка		1) Учить выполнять беговые упр. (Высокое колено, захлест голени, прямые ноги). 2) Упражнять в метании предмета в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом снизу (расстояние 3,5-4м) 3) Упражнять в прыжках на двух ногах боком (правым и левым), прыжки вперед-назад.	Эстафеты: -беговая, -прыжковая, – с обручем.
3-4	Х. на носках, на внешнем своде, с захлестом голени. Б. на носках с остановками по команде.	кольца		1) Учить бегать с преодолением препятствий. 2) Упражнять в метании предмета в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом от себя (расстояние 3.5-4м). 3) Упражнять в прыжках попеременно на прав. и лев. ноге по 4-5 м.	«Космонавты» «Классики»
5-6	Х. марш, гимнастический шаг, приставной шаг Б. с переменной скорости.	м/мяч		1) Учить бегать по пересеченной местности (до300м). 2) Упражнять в метании предмета в вертикальную цель лев. и прав. рукой, способом от плеча (расстояние 2– 2.5м) 3) Упражнять в прыжках с продвижением вперед на 2-х ногах.	«Мы весёлые ребята», «Рыбалка»
7-8	Х. марш, с перекатом, «змейка», спиной вперед. Б. «змейка», спиной вперед.	обруч		1) Учить бегать с высокого старта на скорость (30м) 2) Упражнять в метании предмета вдаль лев. и прав. рукой, способом прямой рукой сверху (расстояние 6-12 м). 3) Упражнять в прыжках со скакалкой.	«Путаница», «Тише едешь – дальше будешь».

Календарное планирование на май для подготовительной группы.

Тема: «Бег, прыжки со скакалкой»

№ Занятия	Ходьба и бег	ОРУ	Подводящие упражнения	Основные движения (задачи)	Подвижные игры
1-2	Х. на носках, с высоким коленом. Б. с высоким коленом.	г/палка		1) Учить выполнять беговые упр. (Высокое колено, захлест голени, прямые ноги). 2) Упражнять в метании предмета в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом снизу (расстояние 3,5-4 м) 3) Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед на 5-6 м.	Эстафеты: -беговая, -прыжковая, – с обручем.
3-4	Х. на носках, на внешнем своде, с захлестом голени. Б. на носках с остановками по команде.	кольца		1) Учить бегать с преодолением препятствий. 2) Упражнять в метании предмета в горизонтальную цель лев. и прав. рукой, способом от себя (расстояние 3.5-4м). 3) Упражнять в прыжках попеременно на прав. и лев. ноге по 4-5 м.	«Космонавты» «Классики»
5-6	Х. марш, гимнастический шаг, приставной шаг Б. с переменной скорости.	м/мяч		1) Учить бегать по пересеченной местности (до300м). 2) Упражнять в метании предмета в вертикальную цель лев. и прав. рукой, способом от плеча (расстояние 2– 2.5м) 3) Упражнять в прыжках на 2-х ногах. с продвижением вперед.	«Мы весёлые ребята», «Рыбалка»
7-8	Х. марш, с перекатом, «змейка», спиной вперед. Б. «змейка», спиной вперед.	обруч		1) Учить бегать с высокого старта на скорость (30м) 2) Упражнять в метании предмета вдаль лев. и прав. рукой, способом прямой рукой сверху (расстояние 8-15 м). 3) Упражнять в прыжках со скакалкой.	«Пуганица», «Тише едешь – дальше будешь».

2.4. Система педагогического мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования

Педагогический мониторинг проводится в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой образовательной программой дошкольного образования.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей: «Физическое развитие»	Наблюдение в непрерывной образовательной деятельности (физкультурные занятия, досуги, соревнования)	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

*В группах раннего возраста – ноябрь, май.

V.3 «Овладение основными видами движений»

Показатели	Возраст ребёнка									
	2-ой год	3-ий год	4-ый год		5-ый год		6-ой год		7-8 лет	
	Оценочная шкала									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
V.3.1 Выполнение упражнений в ходьбе, беге, равновесии.	По побуждению и показу ходит стайкой за взрослым, в прямом направлении и к цели.	При поддержке взрослого ходит по кругу, взявшись за руки; бегает группой в заданном направлении	При поддержке взрослого ходит по кругу, друг за другом; врассыпную; по ограниченной площади опоры (по дорожке).	Самостоятельно ходит и бегаёт в колонне по одному, по ограниченной площади опоры (доске), с поддержкой взрослого перешагивает через препятствия приставным шагом.	С поддержкой взрослого ходит и бегаёт в чередовании, ходит со сменой направления на сигнал; ходит по ограниченной площади опоры (шнур).	Самостоятельно ходит и бегаёт со сменой направления на сигнал, с поддержкой взрослого ходит по ограниченной площади опоры (скамейке); перешагивает через препятствия чередующимся шагом.	С поддержкой взрослого ходит и бегаёт со сменой ведущего; ходит по ограниченной площади опоры с выполнением заданий.	Самостоятельно ходит и бегаёт с изменением темпа, с выполнением заданий; ходит по наклонной площади опоры.	Самостоятельно выполняет упражнения в ходьбе и беге в сочетании с другими видами движений, при поддержке взрослого выполняет задания на ограниченной и наклонной площади опоры.	Проявляет инициативу и самостоятельность в выполнении ранее освоенных упражнений.
V.3.2 Выполнение упражнений в ползании лазанье	По побуждению и показу ползает на четвереньках рядом с взрослым	При поддержке взрослого ползает на четвереньках по прямой; перелезает через бревно	При поддержке взрослого ползает на четвереньках с опорой на ладони и колени (по дорожке), при поддержке взрослого лазает по гимнастической стенке приставным шагом	Самостоятельно ползает на четвереньках с опорой на ладони и колени (по дорожке), при поддержке взрослого лазает по гимнастической стенке приставным шагом	При поддержке взрослого ползает на четвереньках по ограниченной площади опоры (по доске), подлезает под препятствия прямо.	Самостоятельно ползает на четвереньках по ограниченной площади опоры (по скамейке), подлезает под препятствия прямо и боком, не касаясь руками пола; при поддержке взрослого лазает по гимнастической стенке чередующимся шагом	При поддержке взрослого ползает на четвереньках по высоким четверенькам по ограниченной площади опоры, пролезает в обруч разными способами (сверху, снизу, боком, прямо).	Самостоятельно ползает на четвереньках по наклонной площади опоры, ползает в чередовании с другими движениями; при поддержке лазает по гимнастической стенке одноименным способом	При поддержке взрослого лазает по гимнастической стенке диагонали	Проявляет инициативу и самостоятельность в выполнении ранее освоенных упражнений.
V.3.3 Выполнение	Самостоятельно	При поддержке	Самостоятельно	Самостоятельно бросает мяч	Самостоятельно прокатывает	Самостоятельно прокатывает мяч	При поддержке взрослого	Самостоятельно перебрасывает	Самостоятельно выполняет	Проявляет самостоятельность

2.5. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

месяц	форма организации мероприятия	тема	материал
IX	Выступление на родительских собраниях	«Роль семьи в физическом развитии ребёнка»	Конспект выступления (Форма, самостоятельность, контроль; приглашение на досуги).
X	Спортивный досуг (ст. и подг. гр.) Индивидуальные консультации.	«Папа, мама и я — спортивная семья» Вопросы родителей	Конспект
XI	Индивидуальные консультации.	Вопросы родителей	
XII	Индивидуальные консультации.	Вопросы родителей	
I	Индивидуальные консультации.	Вопросы родителей	
II	Спортивный праздник совместно с папами (ст. и подг. гр.) Индивидуальные консультации.	«Защитники Отечества» Вопросы родителей	Конспект
III	Музыкально-спортивный праздник. (во всех группах) Индивидуальные консультации.	«Масленица» Вопросы родителей	Конспект
IV	Открытые занятия (во всех группах) Индивидуальные консультации.	Вопросы родителей	Конспекты
V	Индивидуальные консультации.	Вопросы родителей	

III. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Материально – техническое оснащение программы

№ п/п	Наименование	Инвентарный номер	Количество
1.	Ковровое покрытие		1 шт. (20 кв.м)
2.	Музыкальный центр «LG»	1040000692	1 шт.
3.	Музыкальный центр «Philips»	1040000021	1 шт.
4.	Гимнастическая стенка (большая)		5 шт.
5.	Гимнастическая стенка (малая)		2 шт.
6.	Гимнастическая скамейка (большая) 4м		2 шт.
7.	Гимнастическая скамейка (малая) 2м		2 шт.
8.	Гимнастический мат		2 шт.
9.	Гимнастический мат (облегченный)		4 шт.
10.	Гимнастический мат (малый)		2 шт.
11.	Тренажёр «ТИСА»		1 шт.
12.	Наклонные доски		2 шт.
13.	Игровой комплект «Ходули»		2 шт.

№ п/п	Наименование	Инвентарный номер	Количество
14.	Вестибулярный тренажёр «Перекасти поле»		1 шт.
15.	Сухой бассейн (круглый)		1 шт.
16.	Игровой набор «Кузнечик»		1 шт.
17.	Набор мягких модулей		1 шт.
18.	Мишени		2 шт.
19.	Туннели		3 шт.
20.	Баскетбольный щит (большой)		1 шт.
21.	Баскетбольный щит (малый)		2 шт.
22.	Баскетбольное кольцо (малое)		2 шт.
23.	Змейка		1 шт.
24.	Игровой комплект «Набрось кольцо»		5 шт.
25.	Игровой набор «Бадминтон»		2 шт.
26.	Мягкие игрушки		шт.
27.	Цилиндр массажный		20 шт.
28.	Мешочки с песком 200гр		37 шт
29.	Мешочки с песком 400гр		25 шт.
30.	Мяч массажный 5 см		10 шт.
31.	Мяч баскетбольный (большой)		4 шт.
32.	Мяч баскетбольный (малый)		4 шт.
33.	Мячи-прыгуны		30 шт.
34.	Мячи малые (резиновые)		25шт.
35.	Мячи-фитболы		10 шт.
36.	Мячи набивные (1кг)		4 шт.
37.	Мячи набивные (3кг)		1 шт.
38.	Обручи малые		17 шт.
39.	Обручи средние		19 шт.
40.	Обручи большие		10 шт.
41.	Палки гимнастические короткие длинные		32шт. 6 шт
42.	Скакалки		27 шт.
43.	Кубики		28 шт.
44.	Ленточки на кольцах		32 шт.
45.	Гантели		40 шт.
46.	Канат (длинный)		2шт.
47.	Канат (короткий)		2шт.
48.	Стойки		2 шт.
49.	Воротики (комплект)		3 шт.
50.	Кегли		27 шт.
51.	Цветы (мягкие)		21 шт.
52.	Санки-салазки		2 шт.
53.	Лыжи (пластиковые)		10 пар.
54.	Летающие тарелки		10 шт.
55.	Зонтик		1 шт.
56.	Лесенка наклонная		2 шт.
57.	Доска ребристая (деревянная)		2 шт.
58.	Доска ребристая (пластмассовая)		1 шт.
59.	Доска со следочками (15см)		1 шт.
60.	Флажки		54 шт.

№ п/п	Наименование	Инвентарный номер	Количество
61.	Платочки		26 шт.
62.	Координационная лесенка		1 шт.
63.	Обруч – паутинка		1 шт
64.	Звездочка для метания		бшт
65.	Мат складной		9 шт

3.2 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

Образовательная область	Учебно-методические пособия, методические разработки
Физическое развитие	<p>1. Методические основы физической культуры дошкольников. Филиппова С.О., Понамарева Г.Н. (СПб «Детство-Пресс» 2000).</p> <p>2. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «Детство». (СПб «Детство-Пресс» 2011).</p> <p>3. Движение+движение. В.А. Шишкина (Москва «Просвещение» 1992)</p> <p>4. Система физического воспитания в ДОУ. Литвинова О.М. (Волгоград «Учитель» 2007).</p> <p>5. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. Филиппова С.О. (СПб «Детство-Пресс» 2005).</p> <p>6. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3 – 7 лет. Подольский Е.И. (Волгоград «Учитель» 2012).</p>
Педагогический мониторинг	Методическое пособие «Успех 2+» для организации и проведения мониторинга освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ № 33

3.3. Распределение видов детской деятельности в течение дня

Формы образовательной деятельности		
Непрерывная образовательная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность детей
<ul style="list-style-type: none"> – утренняя гимнастика; – контрольно-диагностическая деятельность; – физкультурные занятия; – спортивные досуги; – спортивные состязания; – проектная деятельность. 	<ul style="list-style-type: none"> – утренняя гимнастика; – контрольно-диагностическая деятельность; – физкультурное занятие; – спортивные досуги; – спортивные состязания; – проектная деятельность. 	<ul style="list-style-type: none"> – двигательная активность в течение дня; – игра; – утренняя гимнастика; – самостоятельные спортивные игры, упражнения и другое.

3.4 Структура реализации образовательной деятельности

Занятия	Совместная деятельность	Индивидуальная работа с воспитанниками
<ul style="list-style-type: none"> • Вводная часть (ходьба, бег, прыжки, построения) • Основная часть (ОРУ, основные движения, подвижные игры) • Заключительная часть 	Досуг	В соответствии с планом индивидуальной работы группы

3.5. Организация двигательного режима в группах

Формы организации	I Младшая группа	II Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовл/ группа
Непрерывная образовательная деятельность	10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Утренняя гимнастика	5 минут	6-8 минут	8-10 минут	10 минут	12 минут
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	5-10 минут	8-10 минут	10-12 минут	12 минут	15 минут
Гимнастика после дневного сна	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут	15 минут
Спортивные развлечения	10 минут 1 раз в месяц	15 минут 1 раз в месяц	20 минут 1 раз в месяц	25 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц

3.5. Система физкультурно-оздоровительной работы

Формы работы	Особенности организации
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей.
Занятия по физической культуре	3 раза в неделю, в помещении или на участке, в бассейне*
Утренняя гимнастика	Ежедневно, до завтрака
Двигательная разминка в сочетании с воздушными процедурами после дневного сна	ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей
Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	ежедневно, не менее 2 раз в день
Физкультурное развлечение	1 раз в месяц
Физкультурный праздник	2 раза в год

*занятия в бассейне с разрешения родителя и после осмотра медсестрой д/с.

3.6. Обогащение развивающей предметно – пространственной среды физкультурного зала

месяц	для непрерывной образовательной деятельности
IX-2019	Разметка зала Тематическое оформление зала: осень. Оформление площадки для проведения осеннего мониторинга.
X-2019	Оформление зала к спортивному празднику «Папа, мама и я — спортивная семья» Пополнение картотеки подвижных игр.
XI-2019	Пополнение фонотеки детских песен для музыкально-ритмических движений.
XII-2019	Тематическое оформление зала: зима
I-2020	Изготовление атрибутов к спортивным праздникам

II-2020	Оформление зала к спортивному празднику ко Дню защитника Отечества
III-2020	Тематическое оформление зала: весна
IV-2020	Подготовка спортивного оборудования для занятий на воздухе. Оформление площадки для проведения весеннего мониторинга
V-2020	Подготовка спортивного оборудования для занятий на воздухе

4. ПРИЛОЖЕНИЕ:

4.1. Перспективное планирование спортивных праздников (СП) и развлечений (СР) в 2020 – 2021 учебном году

Месяц	Название				
	I мл. гр.	II мл. гр.	Ср. гр.	Ст. гр.	Подг. гр.
IX	—	«Осторожно дорога» СР	«Осторожно дорога» СР	«Осторожно дорога» СР	«Осторожно дорога» СР
X	«Вспоминая лето» СР	«Осенняя спартакиада» СП	«Осенняя спартакиада» СП	«Осенняя спартакиада» СП	«Осенняя спартакиада» СП
XI	«Зайки на лужайке» СР	«Мы растем сильными и смелыми» СР	«Веселые старты» СР	«Веселые старты» СР	«Спорт, спорт, спорт» СР
XII	«В гости к ёлочке» СР	«В гости к ёлочке» СР	«Здоровье дарит Айболит» СР	День спасателя «А ну-ка, девочки, а ну-ка, мальчики!» СР	«Ловкие и смелые» СР
I	«Зимние радости» СР	«Зимние радости» СР	«Зимушка-зима» СР	«Зимние состязания» СР	«Зимние состязания» СР
II	«День спортсмена» СР	Спортивный праздник «День защитника Отечества» СП	Спортивный праздник «День защитника Отечества» СП	Спортивный праздник «День защитника Отечества» СП	Спортивный праздник «День защитника Отечества» СП
III	«Путешествие в весенний лес» СР	«Путешествие в весенний лес» СР	«Масленица» СР	«Масленица» СР «Народные игры»	«Масленица» СР «Народные игры»
IV	«Весенняя спартакиада» СП	«Путешествие в весенний лес» СР «Весенняя спартакиада» СП	«Весенняя спартакиада» СП	День пожарника «Космические приключения» СР «Весенняя спартакиада» СП	«Космические приключения» СР «Весенняя спартакиада» СП
V	«Веселая прогулка» СР	«Веселая прогулка» СР	«Прогулка по городу» СР	«Прогулка по городу» СР	«Прогулка по городу» СР

4.2. Перспективное тематическое планирование по физической культуре на лето 2021 года

Основные задачи:

- Поддерживать положительное эмоциональное настроение детей.
- Способствовать развитию и закреплению полученных ранее навыков и умений.
- Приобщать детей к здоровому образу жизни.
- Способствовать укреплению осанки и профилактике плоскостопия.

Период	Тема	Задачи	Вид деятельности
Июнь	1 неделя: «Давайте познакомимся»	Помочь детям познакомиться и адаптироваться в новой среде. 1) Коммуникативная игра «Платочек». 2) Упражнения в парах. 3) П/и «Пронеси не урони»	Тематическое занятие.

	2 неделя: «Наша родина – Россия»	Приобщать детей к народным традициям. 1) П/и “Баба-Яга костяная нога”. 2) П/и “Вышибало”. 3) П/и “Мышеловка”.	Тематическое занятие. “Народные подвижные игры”.
	3 неделя: «Профессии в городе».	Дать детям возможность с импровизировать себя в профессии. 1) П/и “Строители”. 2) П/и “Повара”. 3) П/и “Спасатели”.	Тематическое занятие.
	4 неделя: «Лето безопасности»	Показать детям экологическую проблему. 1) П/и “Соберём мусор на лужайке”. 2) П/и “Птички и машины”. 3) П/и Эстафета “Пожар в лесу”.	Музыкально-спортивный праздник
Июль	1 неделя: «Наш веселый детский сад»	1) Упражнять детей в разных видах ходьбы, бега (по кругу с изменением направления движения по команде). 2) Упражнять детей в действиях с различным спортивным инвентарём (обруч — пролезание, прыжки, катание; летающая тарелка — метание, ловля). 3) Научить или повторить подвижные игры («Гонки», «Птички и ветер», «День-ночь». «Ёжик», «Построй птицам домик»).	Тематическое занятие.
	2 неделя: «Моя семья — моя команда»	1) Упражнять детей в разных видах ходьбы, бега по кругу и в рассыпную. 2) Упражнять детей в действиях с различным спортивным инвентарём (мяч — подбрасывание и ловля, метание, катание, ведение..., скакалка — вращение, прыжки...). 3) Научить или повторить подвижные игры (эстафеты с мячом, «Дружные пары», «Парашют», перетягивание каната...).	Тематическое занятие.
	3 неделя: «Да здравствует футбол!»	1) Упражнять детей в разных видах ходьбы, бега «змейкой». 2) Упражнять детей в действиях с различным спортивным инвентарём (мяч — подбрасывание и ловля, ведение ногами, скакалка — вращение, прыжки...). 3) Научить или повторить подвижные игры (“Тише едешь...», «Паровоз», эстафеты с мячом, «Забей гол»).	Тематическое занятие.
	4 неделя: «Морское путешествие»	1) Упражнять детей в разных видах ходьбы, бега по кругу (с выполнением заданий по команде). 2) Упражнять детей в действиях с различным спортивным инвентарём (малый мяч — подбрасывание и ловля, метание вдаль (в цель), гимнастическая палка – вращение, подбрасывание и	Тематическое занятие.

		ловля, прыжки...).	
		3) Научить или повторить подвижные игры (эстафеты, «Неваляшка», «Море волнуется...», «Переправа», «Удочка»).	
Август	1 неделя: «Мы дружим со спортом»	1) Упражнять детей в беге на скорость. 2) Упражнять детей в умении метать мяч в даль. 3) Упражнять детей в умении прыгать в длину с места.	Весёлые старты
	2 неделя: «Мы путешественники»	1) Закреплять умение ходить парами. 2) Упражнять в умении сохранять равновесие. 3) Упражнять в умении лазать. 4) Привлекать к участию к коллективным п/и.	Поход (по территории д/с)
	3 неделя: «Азбука дорожных наук»	1) Упражнять детей в умении строиться и пере-страиваться 2) Упражнять детей в умении спрыгивать с возвышенной площадки опоры вниз на две ноги. 3) Упражнять детей в умении кататься на самокате.	Тематическое занятие “Красный, желтый, зелёный”.
	4 неделя: «Моя любимая игра»	1) Закреплять умение владеть мячом. 2) Закреплять умение использовать обруч. 3) Закреплять умение использовать скакалку. 4) Закреплять умение играть в коллективные п/и.	Игровое занятие (игры по выбору детей).