

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД № 45  
ПУШКИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
Протокол от 30.08.2024 № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом от 30.08.2024 № 97-О  
Заведующий Е. В. Акулич

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

инструктора по физической культуре

Инструктор по физической культуре:  
Смирнова Т.М. первая квалификационная  
категория

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>4</b>
<b>1.1.Целевой раздел образовательной части</b>	<b>4</b>
<b>1.1.1.Пояснительная записка</b>	<b>4</b>
<b>1.1.1.1.Цели Программы</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.2.Задачи Программы</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.3.Принципы дошкольного образования, установленные ФГОС ДО и используемые при построении обязательной части Программы</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.4. Планируемые результаты освоения/реализации Программы</b>	<b>5</b>
<b>1.1.1.5.Описание подходов к педагогической диагностике достижений планируемых результатов</b>	<b>7</b>
<b>1.1.1.5.1.Целеполагание,задачи,специфика и регламент педагогической диагностики</b>	<b>7</b>
<b>1.1.1.5.2. Организационные подходы к педагогической диагностике</b>	<b>7</b>
<b>1.2.Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений</b>	<b>8</b>
<b>2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>9</b>
<b>2.1. Содержательный раздел обязательной части</b>	<b>9</b>
<b>2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях ФООП ДО и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания</b>	<b>9</b>
<b>2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.</b>	<b>25</b>
<b>2.1.2.1.Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик</b>	<b>25</b>
<b>2.1.2.2. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся</b>	<b>25</b>
<b>2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей, предусмотренная Программой</b>	<b>26</b>

<b>2.1.4. Рабочая программа воспитания</b>	<b>26</b>
<b>2.1.4.1. Целевой раздел рабочей программы воспитания</b>	<b>27</b>
<b>2.1.4.2. Содержательный раздел рабочей программы воспитания</b>	<b>27</b>
<b>2.1.4.3. Организационный раздел рабочей программы воспитания</b>	<b>27</b>
<b>2.2.Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений</b>	<b>27</b>
<b>2.2.1. Реализация парциальных программ</b>	<b>27</b>
<b>2.2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы</b>	<b>30</b>
<b>3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ</b>	<b>30</b>
<b>3.1. Организационный раздел обязательной части Программы</b>	<b>34</b>
<b>3.1.1.Психолого-педагогические условия</b>	<b>34</b>
<b>3.1.2.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды</b>	<b>34</b>
<b>3.1.3.Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания</b>	<b>40</b>
<b>3.1.4.Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы</b>	<b>44</b>
<b>3.1.5.Кадровые условия реализации</b>	<b>40</b>
<b>3.1.6.Режим и распорядок дня в дошкольных группах</b>	<b>40</b>
<b>3.1.7.Календарный план воспитательной работы</b>	<b>40</b>
<b>3.2. Организационный раздел части Программы, формируемой участниками образовательных отношений</b>	<b>40</b>
<b>4.Календарное планирование</b>	<b>41</b>
<b>4.1. Календарное планирование в старшей группе</b>	<b>41</b>
<b>5. Перечень литературных источников</b>	<b>58</b>

## **1.Целевой раздел**

### **1.1.Целевой раздел обязательной части**

#### **1.1.1. Пояснительная записка**

Рабочая Программа (далее – Программа) –это нормативно-управленческий документ, структурная и функциональная единица образовательного пространства, обеспечивающая динамическое единство субъектов педагогического процесса, системы их отношений и условий деятельности.

Данная Программа разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования (далее ОП ДО).

Нормативно-правовое сопровождение регулируется ОП ДО.

Образование предполагает единый целенаправленный процесс воспитания и обучения. Воспитание осуществляется в соответствии с Рабочей программой воспитания и Календарным планом воспитательной работы (разработанной на основании Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся).

Воспитание предполагает деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации воспитанников на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у воспитанников чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Программа определяет целевые ориентиры, содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста, в соответствии с требованиями ФГОС ДО и направлена:

- на создание развивающей образовательной среды для детей дошкольного возраста, открывающей возможности для позитивной социализации ребёнка, его всестороннего личностного развития, развития инициативы и творческих способностей, индивидуализации на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соответствующих дошкольному возрасту видах деятельности в условиях совместного образования.

В Программе отражены содержание обучения и воспитания, особенности организации образовательной деятельности и образовательного процесса, учитывающие возраст детей и их образовательные маршруты, направленность групп, а также участие родителей (законных представителей) в реализации Программы.

Срок реализации Программы –сентябрь 2024-август 2025

### **1.1.1.1. Цели Программы**

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

### **1.1.1.2. Задачи Программы:**

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- посторонние (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- построение современной комфортной развивающей предметно-пространственной среды и обучающего пространства в соответствии с требованиями ФГОС ДО;
- вовлечение всех участников образовательного процесса целью оптимизации содержания образовательного процесса в рамках введения ФГОС ДО

### **1.1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы**

Принципы и подходы к формированию Программы полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

### **1.1.1.3. Планируемые результаты освоения/реализации Программы**

Планируемые результаты освоения Программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению дошкольного образования.

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

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении Программы и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

#### **К пяти годам:**

- Ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- Ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- Ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать своё самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- Ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- Ребёнок познаёт правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни.

#### **1.1.1.5 Описание подходов к педагогической диагностике достижений планируемых результатов**

Описание подходов к педагогической диагностике достижений планируемых результатов полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

##### **1.1.1.5.1. Целеполагание, задачи, специфика и регламент педагогической диагностики.**

Целеполагание, задачи, специфика и регламент педагогической диагностики полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

##### **1.1.1.5.2. Организационные подходы к педагогической диагностике**

Организационные подходы к педагогической диагностике полностью соответствуют заявленным в ОП ДО

## 1.2. Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений

Реализация парциальной программы «Безопасность». Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей. ФГОС (Р.Б. Стёркина, О.Л. Князева, Н.Н. Авдеева. , «Детство-Пресс»,2017)

<p><b>Цель:</b> способствовать формированию основ безопасности собственной жизнедеятельности и предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира).</p>	<p><b>Задачи:</b> 1. формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них; 2. приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения; 3. знакомство с правилами безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства; формирование навыков безопасного поведения; 4. формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.</p>	<p>Программа предполагает решение важнейшей социально-педагогической задачи – воспитать у ребенка навыки адекватного поведения в различных неожиданных ситуациях. Содержание данной программы становится все более актуальным в наше опасное время. Программа разработана кандидатами психологических наук Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой и Р.Б. Стеркиной на основе проекта государственных стандартов дошкольного образования. Авторы утверждают, что безопасный и здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных, в том числе и неожиданных ситуациях. Главной задачей программы является развитие у детей дошкольного возраста самостоятельности и ответственности за свое поведение. Программа рассчитана на детей от 3 до 7 лет</p>
---	--	---

Реализация парциальной программы «Кукляндия» (Учебно-методическое пособие по театрализованной деятельности, М.И.Родина, А.И.Буренина - СПб.: изд-во «Музыкальная палитра», 2016)

Цель	Задачи	
Воспитание коммуникативной	-развитие сенсорики, основы чувственного познания окружающего мира;	Отдельным блоком идут более специфические задачи по формированию навыков кукловождения, а также формированию культуры поведения на сцене. Содержание работы реализуется в играх, упражнениях, этюдах, разыгрывании маленьких сценок, которые в работе со старшими детьми можно объединить в

<p>культуры, эффективное развитие речи и творческих способностей дошкольников.</p>	<p>-развитие базовых психических процессов: внимания, мышления, памяти; - развитие эмоциональной сферы; - развитие речи и голоса; - развитие выразительности движений, мимики, пластики; - развитие воображения, фантазии, творческих способностей.</p>	<p>небольшие театрализованные представления. В программе определены основные образовательные задачи и их усложнение на период работы с детьми от 3 до 7 лет. Основная работа по театрализованной деятельности проходит в форме подгрупповой деятельности (6-8 детей), для которой характерна следующая структура:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. приветствие (в игровой форме);</li> <li>2. подготовка (тренинг). Упражнения определенной направленности;</li> <li>3. работа над сценками и этюдами;</li> <li>4. уход из театральной студии, центра.</li> </ol> <p>Первые занятия проходят в виде кукольных представлений, которые показывает педагог, а дети в этом случае являются зрителями. Основная задача таких встреч – познакомить детей с Театральной студией, центром, вызвать интерес, теплую, доброжелательную атмосферу взаимодействия педагога с детьми. В программе даны описания театральных встреч, развивающих упражнений с использованием различных видов театра в соответствии с этапами работы. Театральные встречи проводятся в форме игры. Разнообразные позволяют повысить эмоциональный тонус, напряжение, активизировать внимание детей, сделать их жизнь увлекательной.</p>
--	---	---

**Программа физического развития детей 3-7 лет «Будь здоров, дошкольник!», Т.Э Токаева. (ООО ТЦ Сфера,2015)**

Цель	Задачи	
<p>Приобщение развивающейся личности ребёнка дошкольного возраста к физической культуре ,спорту и сохранению своего здоровья.</p>	<p>-содействовать формированию системы представлений ребёнка о себе, своём здоровье и физической культуре; -обеспечить формирование способов физкультурно-оздоровительной деятельности; -формировать потребность в регулярных занятиях физической культурой ,воспитывать систему</p>	<p>В культурологической парадигме образования, составляющей методологическую основу программы «Будь здоров, дошкольник!», физическое развитие рассматривается: - как последовательный и многоаспективный процесс и результат социализации и культуротворчества, в ходе которого ребёнок приобщается к физической культуре и спорту и утверждает себя как субъекта физической культуры; -как процесс и результат качественных и количественных изменений, происходящих в личности ребёнка под влиянием физической культуры, обеспечивающей овладение способами поведения, характерными для той или иной культурной традиции, творческое и активное воспроизведение двигательного опыта в физкультурно-оздоровительных видах детской деятельности.</p>

	<p>отношений ребёнка к своему «физическому Я», здоровью как главной ценности жизни;          -содействовать развитию субъектного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности детей 3-7 лет.</p>	
--	---	--

## **2. Содержательный отдел**

### **2.1. Содержательный раздел обязательной части**

#### **2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях ФООП ДО и с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания**

Структура физкультурного занятия общепринятая и содержит три части:

- вводную (18 % общего времени занятия);
- основную (67 % общего времени занятия);
- заключительная (15 % общего времени занятия).

Такое распределение материала соответствует возможностям детей и обеспечивает нарастание физической нагрузки в течение занятия и с последующим снижением ее к концу.

Цель первой части занятий - ввести организм в состояние подготовленности к основной части. В первой части занятия предлагаются упражнения в ходьбе, беге, построении, перестроении, несложные игровые задания. Воспитателю следует обращать особое внимание на

чередование упражнений в ходьбе и беге: их однообразие утомляет детей, снижает качество упражнений, а также может привести к нежелательным последствиям (нарушению осанки, уплощению стопы и т. д.).

Вторая часть (основная) занятия наиболее продолжительна и содержит упражнения общеразвивающего характера, основные виды движений, в ней проводятся подвижные игры. При этом развивающемуся организму ребенка важно получать все виды упражнений. Это часть отличается наибольшей физической нагрузкой.

Общеразвивающие упражнения направлены воздействуют на организм в целом, на отдельные мышечные группы и суставы, а также способствуют улучшению координации движений, ориентировке в пространстве, положительно влияют на сердечно-сосудистую и дыхательную функции организма. Важное значение для правильного выполнения общеразвивающих упражнений имеет исходное положение. Используют различные исходные положения: стоя, сидя, стоя на коленях, лежа на спине и животе. Изменяя исходное положение, воспитатель может усложнить или облегчить двигательную задачу.

Общеразвивающие упражнения с предметами напоминают детям игры. Они с удовольствием играют с погремушкой, мячом, флажком, куклой. В упражнениях с предметами используются также имитационные упражнения («цыплята», «воробьишки» и др.).

В зависимости от того, какой инвентарь будет использован на занятии, воспитатель продумывает и планирует построение; например, в упражнениях с палками, флажками целесообразно построение в колоннах и на достаточном расстоянии друг от друга, так как построение в шеренгах не позволит достигнуть необходимой амплитуды движений и, кроме того, может привести к травмам.

В основной части занятия используются игры большой подвижности, включающие движения, которые по возможности выполняются всеми детьми одновременно (бег, прыжки, метание, ползание. Например: «Самолеты», «Наседка и цыплята», «Солнышко и дождик», «Лошадки»).

Третья, заключительная часть занятия небольшая по объему; в ней проводятся игры и игровые упражнения малой интенсивности, способствующие постепенному снижению двигательной активности. В ней используют упражнения в ходьбе, несложные игровые задания. Она обеспечивает ребенку постепенный переход от возбужденного состояния к относительно спокойному, дает возможность переключиться на другую деятельность.

Подготовительная часть повышает эмоциональное состояние детей, активизирует их внимание, готовит организм к предстоящей нагрузке. В этой части занятия создается игровая мотивация и ставится игровая задача. Но на некоторых занятиях мотивировка двигательной деятельности, основанная на игре, переносится и на начало основной части, а привлечение детей к выполнению упражнений носит опосредованный характер: музыкальное сопровождение, звучание бубна, напоминающее знакомые упражнения, и др.

В основной части занятия у детей формируют навыки выполнения движений, разучивают и закрепляют их, развивают физические качества, координационные способности. Для этой части занятия характерна кульминационная насыщенность сюжета.

В заключительной части занятия происходит постепенный переход от усиленной мышечной деятельности к спокойному состоянию, продолжается общение детей с игровыми персонажами, малыши настраиваются на самостоятельную игру.

Физкультурные занятия для дошкольников проводят не менее 3 раз в неделю. Длительность занятия зависит от возраста детей и составляет:

- в средней группе - 20 мин,
- в старшей группе - 25 мин,
- в подготовительной к школе группе - 30 мин.

**I. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития**

**5-6**

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

Развивать психофизические качества,

- ориентировку в пространстве,
- равновесие,
- координацию,
- мелкую моторику,
- точность и меткость.

Воспитывать

- самоконтроль и самостоятельность,
- проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх,
- соблюдать правила в подвижной игре,
- взаимодействовать в команде.

Воспитывать

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

Продолжать развивать интерес к

- физической культуре,
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов.

Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат,

- формировать правильную осанку,
- повышать иммунитет средствами физического воспитания.

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

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

<b>II. Содержание образовательной деятельности.</b>
<b>5 - 6</b>
<p>Педагог формирует, закрепляет и совершенствует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> двигательные умения и навыки,</li> <li><input type="checkbox"/> развивает психофизические качества,</li> <li><input type="checkbox"/> обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями,</li> <li><input type="checkbox"/> поддерживает детскую инициативу.</li> </ul>
Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.
<p>Закрепляет умение осуществлять</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> самоконтроль за соблюдением техники выполнения упражнений;</li> <li><input type="checkbox"/> самоконтроль</li> <li><input type="checkbox"/> оценку качества выполнения упражнений другими детьми;</li> </ul>
<p>Создает условия для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> освоения элементов спортивных игр,</li> <li><input type="checkbox"/> использует игры-эстафеты;</li> </ul> <p>Поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения;</li> <li><input type="checkbox"/> поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</li> </ul>
Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги. с соответствующей тематикой
Способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности.
Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни.
Формирует и закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.
Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
<b>III. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения)</b>
<b>3.1. Основные виды движения</b>
<b>3.1.1. Бросание, катание, ловля, метание</b>
<b>5-6</b>

Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4 - 5 раз подряд;
- бросание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы: бросать вдаль предметы разного веса; -сидя бросать двумя руками из-за головы набивной мяч;**
отбивание мяча об пол на месте 10раз
перебрасывание мяча из одной руки в другую;
<input type="checkbox"/> перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях;
<input type="checkbox"/> перебрасывание мяча через сетку
ведение мяча 5 - 6 м;
- прокатывание обруча, бег за ним и ловля;
<input type="checkbox"/> -метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы;
<input type="checkbox"/> метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие);
-забрасывание его в баскетбольную корзину.
<b>3.1.2. Ползание, лазанье</b>
<b>5-6</b>
-ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени);
-ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3 - 4 м), "змейкой" между кеглями
ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад;
на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами;
проползание под скамейкой;
-ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени;
ползание на четвереньках по скамейке назад;
лазанье по гимнастической стенке чередуя шагами.
переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки,
-переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле;

-лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками);
<b>3.1.3. Ходьба</b>
<b>5-6</b>
<input type="checkbox"/> ходьба обычным шагом, в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты.
<input type="checkbox"/> - ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы <input type="checkbox"/> - ходьба приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3 - 4 м;
- ходьба, перешагивая предметы; - ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", без ориентиров.
- ходьба в сторону, назад, на месте; - ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).
- ходьба по наклонной доске с выполнением заданий
- ходьба в чередовании с бегом, прыжками; - ходьба приставным шагом вперед, с остановкой по сигналу
<b>3.1.4. Бег</b>
<b>5-6</b>
-бег в колонне по одному "змейкой", бег с пролезанием в обруч; - бег, высоко поднимая колени; - бег группами, оббегая предметы;
-бег между расставленными предметами;
- бег в заданном темпе; -бег мелким шагом и широким шагом; -бег на носках; -бег с ловлей и увертыванием, догоняя убегающих, и убегая от ловящих;

- непрерывный бег 1,5 - 2 мин; - медленный бег 250 - 300 м; - быстрый бег 10 м 2 - 3 - 4 раза; - бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - челночный бег 2 x 10 м, 3 x 10 м; - пробегание на скорость 20 м;
- бег с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих;
- бег под вращающейся скакалкой;
<b>3.1.5. Прыжки</b>
<b>5-6</b>
<input type="checkbox"/> подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге;
<input type="checkbox"/> подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной;
<input type="checkbox"/> подпрыгивание с ноги на ногу,
- прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3 - 4 м; - прыжки на одной ноге (правой и левой) 2 - 2,5 м;
- прыжки, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; - прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой; - перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); - прыжки в длину с места (от 50 см и более, с учётом индивидуальных возможностей)
- спрыгивание с высоты (высота 20-25 см) в обозначенное место;
- впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами;
- прыжки в высоту с разбега; - прыжки в длину с разбега.

<ul style="list-style-type: none"> <li>- подпрыгивание на месте 30 - 40 раз подряд 2 раза;</li> <li>- подпрыгивание на одной ноге 10 - 15 раз;</li> <li>- прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3 - 5 см);</li> <li>- перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом;</li> <li>- прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку.</li> </ul>
<b>3.1.6. Упражнения в равновесии</b>
<b>5-6</b>
<p>ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стойка на гимнастической скамье на одной ноге;</li> <li><input type="checkbox"/> - поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье;</li> <li>- пробегание по скамье;</li> </ul>
ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком;
ходьба по шнуру с песочным мешочком на голове***
<ul style="list-style-type: none"> <li>-ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой);</li> <li>- ходьба по наклонной доске вверх и вниз;</li> <li>- стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе;</li> <li>- пробегание по наклонной доске вверх и вниз;</li> </ul>
приседание после бега на носках, руки в стороны;
- кружение парами, держась за руки; - "ласточка".
<b>3.2. Общеразвивающие упражнения</b>
<b>3.2.1. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса</b>
<b>5-6</b>
- поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине;</li> <li>- сгибание и разгибание рук;</li> <li>- круговые движения вперед и назад;</li> </ul>
поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь);

перекладывание предмета из одной руки в другую впереди /перед собой и сзади себя /за спиной
хлопки впереди / перед собой и сзади себя / за спиной ;
махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя
сжимание и разжимание кистей
выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;
повороты головы вправо и влево, наклоны головы*
<b>3.2.2. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:</b>
<b>5-6</b>
- приседания на всей стопе и на носках, держа ноги вместе или разведя колени в стороны, с различным исходным положением рук (руки вперед, к плечам, в стороны)**
- совершенствование полученных ранее навыков**
наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево
повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя
сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине
поднимание ног из исходного положения лежа на спине
<b>3.2.3. Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:</b>
<b>5-6</b>
поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре
- сгибание и разгибание ног;
- отведение ноги вперед, в сторону, назад;
- поднимание на носки и опускание на всю ступню;
приседание, обхватывая колени руками;
совершенствование ранее приобретённых навыков**
захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место
- упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной);

- упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими)
<b>3.3. Ритмическая гимнастика</b>
<b>3.3.1. Музыкально-ритмические упражнения,</b>
<b>5-6</b>
- комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.
<b>3.3.2. Рекомендуемые упражнения</b>
<b>5-6</b>
ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах
- на носках, пружинящим, топающим шагом, "с каблука", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках,
- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, - повороты, поочередное "выбрасывание" ног
различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.
<b>3.3.3. Строевые упражнения</b>
<b>5-6</b>
Построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг.
Перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; ходьба "змейкой", расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.
Размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны.
Повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком.
<b>4. Подвижные игры</b>
<b>5-6</b>

<p>Педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил,</li> <li><input type="checkbox"/> помогает быстро ориентироваться в пространстве,</li> <li><input type="checkbox"/> наращивать и удерживать скорость,</li> <li><input type="checkbox"/> проявлять находчивость, целеустремленность</li> </ul>
<p>Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно - волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений).</p> <p>Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p>
<p><b>5. Спортивные игры</b></p>
<p>Педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.</p>
<p><b>Городки:</b> бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5 - 6 м) и полукона (2 - 3 м); знание 3 - 4 фигур</p>
<p><b>Элементы баскетбола:</b> перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.</p>
<p><b>Элементы футбола:</b> отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3 - 5 м); игра по упрощенным правилам.</p>
<p><b>Бадминтон:</b> отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.</p>
<p><b>5-6</b></p>
<p><b>6. Спортивные упражнения</b></p>
<p><b>5-6</b></p>
<p>Педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.</p>

<b>6.1. Катание на санках</b>
<b>5-6</b>
по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки
<b>6.2. Ходьба на лыжах:</b>
<b>5-6</b>
по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо "ступающим шагом", "полуелочкой" (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.
<b>6.3. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:</b>
<b>5-6</b>
Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.
<b>6.4. Плавание в соответствии с ОП ДО</b>
<b>6.5. Катание на коньках:</b>
<b>5-6</b>
<b>5. Формирование основ здорового образа жизни</b>
<b>5-6</b>
Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).
Педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе).
Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок.
Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья

<b>8. Активный отдых*</b>
<b>8.1. Предлагаемое (рекомендуемое) тематическое содержание физкультурных досугов и праздников</b>
<b>5-6</b>
<b>Досуг</b>
Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.
<b>8.2. Физкультурные досуги</b>
<b>5-6</b>
<b>Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе</b>
Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов. Продолжительность 30 - 40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания
<b>8.3. Физкультурные праздники</b>
<b>5-6</b>
<b>Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.</b>
Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.
<b>8.4. Дни здоровья</b>
<b>5-6</b>
<b>День здоровья проводится 1 (один) раз в квартал</b>
В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.
<b>Туристские прогулки и экскурсии</b>

<p>Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30 - 40 минут, общая продолжительность не более 1,5 - 2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут.</p> <p>Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.</p>	<p>Организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.</p> <p>Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35 - 40 минут, общая продолжительность не более 2 - 2,5 часов. Время непрерывного движения 20 - 30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.</p> <p>Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и</p>
--	--

	безопасного поведения во время туристской прогулки.
--	---

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

Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов полностью соответствуют заявленным в ОП ДО.

**2.1.2.1. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик полностью соответствуют заявленным в ОП ДО.

**2.1.2.2. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся**

Выступления на родительских собраниях Консультация для родителей «Спортивная форма на занятиях физической культурой»	сентябрь
Консультация для родителей «Как заинтересовать ребёнка занятиями по физической культуре» «Закаливание детей дошкольного возраста»	октябрь
Консультация для родителей «Правила нахождения родителей на физкультурных праздниках в детском саду» Физкультурный досуг ко дню Матери «Мамы разные нужны, а спортивные - важны» - средние группы	ноябрь

Консультация для родителей «Утренняя гимнастика в семье - здоровая семья!»	
Консультация для родителей «Безопасный Новый год» Участие родителей в физкультурном развлечении «Спортивный Новый год»	декабрь
Индивидуальные беседы – консультации по запросам родителей.	в течение года
Консультация для родителей «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки» «Подвижные игры в зимний период для детей с родителями»	январь
Консультация для родителей «Игры, которые лечат» Участие родителей в физкультурных праздниках, посвящённых Дню защитника Отечества: «Вот какие мы солдаты»	февраль
Консультация для родителей «Применение здоровьесберегающих технологий в повседневной жизни детей дошкольного возраста»	март
Консультация для родителей «Роль семьи в формировании у ребенка представлений о здоровом образе жизни»	апрель
Консультация для родителей «Подвижные игры в жизни ребёнка»	май

### 2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей, предусмотренная Программой

Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей, предусмотренная Программой полностью соответствуют заявленным в ОП ДО.

### 2.1.4. Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО.

#### 2.1.4.1. Целевой раздел рабочей программы воспитания

Целевой раздел рабочей программы воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО.

#### 2.1.4.2. Содержательный раздел рабочей программы воспитания

Содержательный раздел рабочей программы воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО

#### 2.1.4.3. Организационный раздел рабочей программы воспитания

Организационный раздел рабочей программы воспитания полностью соответствует заявленным в ОП ДО

#### 2.2. Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений

Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений полностью соответствует заявленным в ОП ДО

#### 2.2.1. Реализация парциальных программ

**Реализация парциальной программы «Безопасность»  
(Р.Б. Стёркина, О.Л. Князева, Н.Н. Авдеева)**

<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы</b>
<p><b><u>по разделу «Ребёнок и другие люди»</u></b> знает, как можно защититься в ситуации насильственных действий незнакомого взрослого на улице; знает, что нельзя входить в подъезд дома с незнакомым взрослым; нельзя одному входить в подъезд, лифт; знает, как правильно вести себя, если чужой пытается войти в квартиру, при разговоре с незнакомым по телефону; умеет сказать «нет» приятелям, пытающимся вовлечь его в опасную ситуацию; знает, что доверять можно только близким людям; лучше не вступать в разговор с незнакомцем, нельзя поддаваться на его уговоры, идти с ним куда-либо, садиться в машину.</p> <p><b><u>по разделу «Ребёнок и природа»</u></b></p>	<p><b><u>Тема «Ребёнок и другие люди».</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Беседы</li><li>• Д/и</li></ul> <p><b><u>Тема: «Ребёнок и природа».</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Беседы по картинкам и плакатам; наблюдения на участке во время прогулок и экскурсий.</li><li>• Д/и (про насекомых, ядовитые растения, грибы, ягоды).</li><li>• Моделирование игровых обучающих ситуаций.</li><li>• Рассматривание иллюстраций, чтение стихотворений</li><li>• С/р игра «Мой дом – моя крепость».</li><li>• Чтение р. н. с. «Волк и семеро козлят», «Кот, петух и лиса».</li><li>• Инсценирование игровых ситуаций</li></ul> <p><b><u>Тема: «Ребёнок один дома».</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Занятие-практикум «Спешим на помощь».</li><li>• Д/и</li></ul>

различает и правильно называет съедобные ягоды и ядовитые растения; знает, что нельзя трогать незнакомые цветы, кустарники; имеет представление о том, какие действия вредят природе, портят её, а какие способствуют её восстановлению;

знает правила поведения при контакте с животными.

**по разделу «Ребёнок дома»**

называет предметы, которыми детям пока нельзя пользоваться. А также предметы, которыми следует пользоваться осторожно;

имеет представление о том, что опасные предметы должны храниться в специально отведённых местах;

знает правила поведения при пожаре; имеет представление об истории пожарной службы;

умеет вызывать «скорую медицинскую помощь»;

знает, что нельзя самим открывать окна и выглядывать из них, выходить на балкон и играть там.

**по разделу «Здоровье ребёнка»**

знает о пользе витаминов и их значении для здоровья человека;

знает, что такое здоровье и болезнь, что необходимо своевременно обращаться к врачу, о важности прививок для профилактики заболеваний;

имеет представление о назначении и работе пищеварительной системы, о назначении мышц, костей, суставов, их ролью в строении тела человека, а также с возможностями движения различных частей тела;

понимает, что здоровье зависит от правильного питания; называет полезные продукты;

имеет представление о характерных особенностях профессиональной одежды; об основном назначении одежды человека, в зависимости от времени года, его занятий в данное время;

- Беседы
- Творческое задание
- Итоговое занятие
- Чтение

**Тема: «Здоровье ребёнка»**

- Д/и (что вредно, а что полезно, об органах человека, их функциях).
- Занятия, беседы, наблюдения.
- Чтение художественной литературы
- Театрализованное представление по стих. А. Барто «Девочка чумахая».
- Загадывание загадок о туалетных принадлежностях.

**Тема: «Эмоции»**

- Беседы
- Д/и
- Рисование свободное и тематическое.
- С/р игра «Детский сад», «Дом», «Семья».
- Чтение художественной литературы
- Разучивание хороводных игр
- Обсуждение с детьми ситуаций, из-за которых происходят споры.
- Разучивание пословиц

**Тема: «Ребёнок на улицах города»**

- Занятие-практикум
- С/р игры
- Д/и
- Изготовление макета улицы, дорожных знаков (продуктивная деятельность).
- Чтение художественной литературы
- Просмотр видеofilьмов по теме «Безопасность на дороге»

<p>знает, что для того, чтобы чувствовать себя бодрым и здоровым, нужно соблюдать правильный режим дня; имеет представление о видах спорта и пользе занятий ими для здоровья.</p> <p><b><u>по разделу " Эмоциональное благополучие ребенка"</u></b> осознанно воспринимает свои чувства, желания, выражает их понятным другим людям образом знает способы выхода из конфликтных ситуаций, не доводя дело до их силового решения.</p> <p><b><u>по разделу «Ребёнок на улице»</u></b> имеет представление о правилах этичного и безопасного поведения в городском транспорте; соблюдает элементарные правила поведения на улице, элементарные правила дорожного движения; понимает значения сигналов светофора, сигналы регулировщика; узнает и называет дорожные знаки «Пешеходный переход», «Дети», «Остановка общественного транспорта», «Подземный пешеходный переход», «Пункт медицинской помощи»; различает проезжую часть, тротуар, подземный пешеходный переход, пешеходный переход «Зебра»; знает, где можно кататься на велосипеде, а где нельзя, и какие правила при этом нужно соблюдать знает, что если потерялся на улице, то обращаться за помощью можно не к любому взрослому, а только к полицейскому, военному, продавцу.</p>	
---	--

***Реализация парциальной программы «Кукляндия» (М.И.Родина, А.И.Буренина)***

<b>Содержание работы</b>	<b>Формы работы</b>
Построение и содержание занятий с использованием различных видов театра:	Показ кукольного представления детьми друг для друга. Игры на сплочение коллектива

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Театр игрушек;</li> <li>• Пальчиковый театр;</li> <li>• Куклы – прыгунки;</li> <li>• Варежковый театр;</li> <li>• Куклы – говорунчики;</li> <li>• Платковые куклы;</li> <li>• Театр теней.</li> <li>• Куклы - марионетки</li> <li>• Упражнения и этюды на создание игрового образа на координацию речи и движения.</li> <li>• Игры - сказки, сказки – импровизации.</li> </ul>	<p>Игры на организацию внимания</p> <p><b>Перчаточные куклы.</b> Упражнение. Упражнения на развитие речи — скороговорки, чистоговорки, исполнение стихов с атрибутами («глазки», одевающиеся на палец).</p> <p>Упражнения в манипуляции с <b>варежковой куклой</b> «для двоих», «Ворона».</p> <p>Сценки: «Необычная планета» (1 и 2-й варианты), «Ворона Кара-Кара».</p> <p><b>Куклы-марионетки.</b></p> <p><b>Ростовые куклы.</b> Двигательные импровизации детей с ростовыми куклами» для двоих л для троих» (куклы: Заяц, Кот-артист, Леопардик и др.). Сценки «Леопардик», «Хороший день» и др.</p> <p><b>Упражнения с атрибутами.</b></p> <p>Упражнения на релаксацию.</p> <p>Этюды на память физических действий.</p> <p><b>Упражнения на развитие мимики.</b></p> <p><b>Тактильные игры.</b></p> <p><b>Игры на внимание.</b></p> <p><b>Речевые и двигательные игры</b> с музыкальным сопровождением: скороговорки, «Ипподром» и т. п.</p> <p><b>Игры на развитие фантазии, творчества:</b> сочинение рассказов (небылиц), «Киноплёнка».</p> <p><b>Музыкально-ритмические упражнения</b> (с атрибутами).</p> <p><b>Теневого театр.</b> Сценки «Живые картинки» (инсценировки с куклами для теневого театра),</p> <p>Упражнения на импровизацию.</p> <p>Танцевальные импровизации с <b>платковыми куклами.</b></p> <p>Разыгрывание диалогов или сценок для будущей постановки.</p> <p>Релаксационные упражнения.</p>
---	---

**2.2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы**

*Формы работы по видам детской деятельности*

Образовательная область	Детская деятельность	Формы реализации задач	Форма организации
-------------------------	----------------------	------------------------	-------------------

<b>Физическое развитие</b>	Двигательная	Подвижные дидактические игры Подвижные игры с правилами Игровые упражнения Соревнования	Групповая Подгрупповая Индивидуальная
----------------------------	--------------	--	---

**Методы образования дошкольников, применение их в образовательном процессе**

<i>Название метода</i>	<i>Определение метода</i>	<i>Рекомендация по их применению</i>
<u>Методы по источнику знаний</u>		
<b>Словесные</b>	Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.	Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.
<b>Наглядные</b>	Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций.	<i>Метод иллюстраций</i> предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске и пр. Метод демонстраций связан с показом мультфильмов, диафильмов и др. Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. Оно не исключает возможности отнесения отдельных средств наглядности как к группе иллюстративных, так и демонстрационных. В современных условиях особое внимание уделяется применению такого средства наглядности, как компьютер индивидуального пользования. Компьютеры дают возможность воспитателю моделировать определенные процессы и ситуации, выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям, т.е. значительно расширяют возможности наглядных методов в образовательном процессе при реализации ПООП дошкольного образования.
<b>Практические</b>	Практические методы обучения основаны на практической деятельности	Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием и носят обобщающий характер.

	детей и формируют практические умения и навыки.	Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и в самостоятельной деятельности.
<u>Методы по характеру образовательной деятельности детей</u>		
<b>Информационно-рецептивный</b>	Воспитатель сообщает детям готовую информацию, а они ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти.	Один из наиболее экономных способов передачи информации. Однако при использовании этого метода обучения не формируются умения и навыки пользоваться полученными знаниями.
<b>Репродуктивный</b>	Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию воспитателя.	Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность детей – в выполнении действий по образцу.
<b>Проблемное изложение</b>	Воспитатель ставит перед детьми проблему – сложный теоретический или практический вопрос, требующий исследования, разрешения, и сам показывает путь ее решения, вскрывая возникающие противоречия. Назначение этого метода – показать образцы научного познания, научного решения проблем.	Дети следят за логикой решения проблемы, получая эталон научного мышления и познания, образец культуры развертывания познавательных действий.
<b>Частично-поисковый</b>	Суть его состоит в том, что воспитатель расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а дети осуществляют отдельные шаги поиска ее решения.	Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует.
<b>Исследовательский</b>	Этот метод призван обеспечить творческое применение знаний.	В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково-исследовательской деятельности.
<b>Активные методы</b>	Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться	Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций,

	на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт.	дидактическим играм. Активные методы должны применяться по мере их усложнения. В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения.
--	--	--

*Соотношение видов детской деятельности и форм образовательной деятельности*

**Двигательная деятельность**

<b>Формы образовательной деятельности</b>		
<b>Непрерывная образовательная деятельность</b>	<b>Деятельность в режимных моментах</b>	<b>Самостоятельная деятельность детей</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• игровая беседа с элементами движений;</li> <li>• интегративная деятельность;</li> <li>• утренняя гимнастика;</li> <li>• совместная деятельность взрослого и детей тематического характера;</li> <li>• игра;</li> <li>• контрольно-диагностическая деятельность;</li> <li>• экспериментирование ;</li> <li>• физкультурное занятие;</li> <li>• спортивные и физкультурные досуги;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игровая беседа с элементами движений;</li> <li>• интегративная деятельность;</li> <li>• утренняя гимнастика;</li> <li>• совместная деятельность взрослого и детей тематического характера;</li> <li>• игра;</li> <li>• контрольно-диагностическая деятельность;</li> <li>• экспериментирование;</li> <li>• физкультурное занятие;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• двигательная активность в течение дня;</li> <li>• игра;</li> </ul> <p>самостоятельные спортивные игры и упражнения и др.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• спортивные состязания, эстафеты; проектная деятельность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• спортивные и физкультурные досуги;</li> <li>• спортивные состязания; проектная деятельность</li> </ul>	
---	---	--

### **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОТДЕЛ**

#### **3.1. Организационный раздел обязательной части Программы**

Организационный раздел обязательной части Программы полностью соответствует заявленным в ОП ДО.

##### **3.1.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы**

Психолого-педагогические условия реализации Программы полностью соответствуют заявленным в ОП ДО.

##### **3.1.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС ГБДОУ выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности

РППС создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

РППС включает организованное пространство:

- территория ГБДОУ;
- групповые комнаты;
- специализированные, технологические, административные и иные помещения.

Территория образовательного учреждения включает в себя: групповые площадки, 2 спортивные площадки, игровую площадку для обеспечения профилактики детского дорожно-транспортного травматизма и безопасности дорожного движения, научно-экспериментальную метеоплощадку.

Зал для гимнастических занятий:

- физкультурные занятия, индивидуальная работа по физическому воспитанию;
- развитие физических способностей детей, их эмоционально-волевой сферы;
- обучение детей дошкольного возраста работе на спортивном оборудовании;
- развитие основных движений в процессе групповой, подгрупповой и индивидуальной работы;

- консультационная работа по вопросам физического воспитания для родителей и педагогов;
- спортивные праздники;
- физкультурные досуги, развлечения.

Задачи работы	Вид помещений	Оснащение
<p><i>- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)</i></p>		<p>Виды деятельности детей <b><i>Двигательная деятельность</i></b></p> <p>Музыкальный центр Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений</p>
<p><i>- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)</i></p>	<p>Физкультурный и музыкальный зал Игровые помещения групп Участок учреждения Бассейн</p>	<p>Набор «Кузнечик» Картотеки подвижных игр Картотека «Игры, которые лечат» Игры на ловкость (Кегли, «Поймай рыбку» и т.д.) Тренажеры (велосипед и др.) Атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.) Игровые комплексы (горка) Качели, Карусели Материалы, учитывающие интересы мальчиков и девочек</p>
<p><i>- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и</i></p>	<p>Физкультурный и музыкальный зал Игровые помещения всех групп Участок учреждения Бассейн</p>	<p>Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений</p>

<p><i>физическом совершенствовании</i></p> <p><b>- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей</b></p>	<p>Все пространство учреждения Участок учреждения</p>	<p>Настольно-печатные игры («Виды спорта» и др.) Игры на ловкость (Кегли, «Поймай рыбку» и т.д.) Тренажеры (велосипед и др.) Фитболы Атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.) Игровые комплексы (горка) Качели Карусели</p> <p>Развивающие игры Художественная литература Игры на ловкость Дидактические игры на развитие психических функций - мышления, внимания, памяти, воображения Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений Набор «Кузнечик» Картотеки подвижных игр Картотека «Игры, которые лечат» Тренажеры (велосипед и др.) Атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.) Игровые комплексы (горка)</p>
<p><b>- воспитание культурно-гигиенических навыков</b></p>	<p>Все помещения групп Участок учреждения</p>	<p>Алгоритмы для запоминания последовательности культурно-гигиенических навыков Художественная литература Игрушки-персонажи Игрушки - предметы оперирования Маркеры игрового пространства Настольные игры соответствующей тематики Иллюстративный материал, картины, плакаты</p>

<p><b><i>- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</i></b></p>	<p>Все помещения групп Участок учреждения</p>	<p>Иллюстративный материал, картины, плакаты Настольные игры соответствующей тематики Художественная литература для чтения детям и рассматривания самими детьми Игрушки-персонажи Игрушки - предметы оперирования Физкультурно-игровое оборудование Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений Набор «Кузнечик» Картотеки подвижных игр Картотека «Игры, которые лечат»</p>
---	---	--

<p><b>Зал гимнастических занятий</b></p>	<p>Контейнер для хранения мячей передвижной – 2шт., стеллажи для хранения инвентаря. Щит для метания в цель, щит баскетбольный, стенка гимнастическая – 4 шт., скамья гимнастическая – 4 шт., велотренажер – 2 шт., бревно гимнастическое-2 шт., дорожка-балансир, напольная дорожка «Гусеница», детский мат «Дорожка»-4 шт., доска гладкая с зацепами, доска ребристая – 3 шт., дуга для подлезания большая и малая – 3 шт., канат гладкий, канат с узлами, коврик массажный от плоскостопия, лестница деревянная с зацепами, мягкий модульный конструктор, ролик гимнастический, батут детский, гантели мягкие. Музыкальный центр, канат, дорожка-балансир, стенка гимнастическая, лестница деревянная с зацепами, доска ребристая, скамейка гимнастическая, спортивный уголок, бревно гимнастическое, велотренажер детский, беговая дорожка, тележка для физкультурных принадлежностей, доска интерактивная, кронштейн для проектора, стеллаж «Регулировщик», музыкальный центр, облучатель циркулирующий, мягкий модуль «сказочный дом», мягкий модуль «Тоннель лабиринт», вестибулярная платформа, вибродорожка тип 1, вибродорожка тип 2, виброскамейка. Гибкий модуль большой ТИСА, горка корректирующая, катоктин, лестница деревянная с верёвками, щит для метания. Кольцо баскетбольное, дуга металлическая (высота 45), дуга металлическая (высота 55), обруч (диаметр 90), обруч (диаметр 60), коврики для ОРУ, набор кеглей, ленточки на кольцах, гантели, мешочки с песком, стойки для подлезания, набор геометрических форм, дуги для прокатывания мячей -10 шт, мячи массажные, мячи резиновые (диаметр 7 см), мячи резиновые (диаметр 10см), мячи резиновые (диаметр 20см), кольцоброс, бубен, палка гимнастическая, наклонная доска, канат с узлами, дорожка мат, дорожка змейка, мат гимнастический малый.</p>
--	---

РППС создается как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС учитывается:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия,
- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;

возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности)

С учетом возможности реализации Программы в различных организационных моделях и формах РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОО;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей в ДОО;

требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности:

- игровой,
- коммуникативной,
- познавательно-исследовательской,
- двигательной,
- продуктивной и прочее

в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии с ФГОС ДО РППС в физкультурном зале:

1) содержательно-насыщенная – включает средства обучения (в том числе технические и информационные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

2) трансформируемая – обеспечивает возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;

3) полифункциональная – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих РППС (матов, мягких модулей, нестандартного оборудования, спортивного инвентаря) в том числе в разных видах детской активности;

4) доступная – обеспечивает свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

5) безопасная – все элементы РППС соответствует требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.

В физкультурном зале обеспечена доступность предметно-пространственной среды для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья.

РППС физкультурного зала обеспечивает условия для физического и психического развития, охраны и укрепления здоровья, коррекции и компенсации недостатков развития детей.

Для этого в физкультурном зале достаточно пространства для свободного передвижения детей, а также выделены зоны для разных видов двигательной активности детей – бега, прыжков, лазания, метания и др.

В физкультурном зале достаточно оборудования, инвентаря для развития крупной моторики и содействия двигательной активности, пособия для развития мелкой моторики.

РППС в физкультурном зале обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических сотрудников.

РППС обеспечивает условия для художественно - эстетического развития детей. Помещения физкультурного зала оформляются для каждого мероприятия с художественным вкусом в соответствии с темой.

В физкультурном зале созданы условия для информатизации образовательного процесса.

Для этого в физкультурном зале имеется оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе (мобильные компьютеры, интерактивное оборудование, принтеры и т. п.). Обеспечено подключение мобильных компьютеров к сети Интернет с учетом регламентов безопасного пользования Интернетом.

Компьютерно - техническое оснащение физкультурного зала используется для различных целей:

- для демонстрации детям познавательных, мультимедийных фильмов;
- для поиска в информационной среде материалов, обеспечивающих реализацию основной образовательной программы;
- для предоставления информации о Программе семье, всем заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- для обсуждения с родителями (законными представителями) детей вопросов, связанных с реализацией Программы и т. п.

РППС обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

### **3.1.3. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания полностью соответствует ОП ДО.

### **3.1.4. Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы**

Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, анимационных произведений для реализации Программы полностью соответствует ОП ДО.

### **3.1.5. Кадровые условия реализации**

Кадровые условия реализации полностью соответствуют ОП ДО.

### **3.1.6. Режим и распорядок дня в дошкольных группах**

Режим и распорядок дня в дошкольных группах полностью соответствует ОП ДО.

### **3.1.7 Календарный план воспитательной работы**

Календарный план воспитательной работы реализуется в соответствии с ОП ДО.

## **3.2. Организационный раздел части Программы, формируемой участниками образовательных отношений**

Организационный раздел части Программы, формируемой участниками образовательных отношений

#### 4.Календарное планирование

##### 4.1. Планирование образовательной деятельности ОО «Физическое развитие» в средней группе

### СЕНТЯБРЬ

Программное содержание	Вводная часть	Основная часть	Заключительная часть
Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную, в прыжках с продвижением вперёд и перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу, ходьба на носках, бег в колонне по одному, ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ без предметов Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Перебрасывание мячей друг другу снизу. * Ходьба по гим. скамейке, перешагивая через кубики, руки за головой. *Прыжки на двух ногах «змейкой» *Броски мяча между шеренгами и ловля после отскока Подвижная игра «Мышеловка» (Пензулаева,стр.16,занятия № 1,2)	Игра малой подвижности «У кого мяч? »
Упражнять в ходьбе на носках, развивать координацию движений в прыжках в высоту.	Построение в шеренгу, ходьба на носках, ходьба и бег «змейкой».	Комплекс ОРУ с мячом Броски малого мяча вверх двумя руками. «Достань до предмета»-прыжки на двух ногах в высоту. Бег в среднем темпе. *Броски мяча вверх и ловля его двумя руками. *«Достань до предмета»-прыжки на двух ногах в высоту. *Ползание на четвереньках «змейкой» Подвижная игра «Фигуры» (Пензулаева,стр21,занятия №4 ,5)	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»
Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, беге, в подбрасывании мяча вверх, развивать равновесия при ходьбе по канату	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, бег до 1 минуты	Комплекс ОРУ без предметов Ползание по гим. скамейке с опорой на ладони и колени. Ходьба по канату боком, приставным шагом Броски мяча вверх двумя руками и ловля его, ловля с хлопком. *Перебрасывание мячей друг другу из-за головы *Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. *Ходьба по канату боком с мешочком на голове. Подвижная игра «Удочка» (Пензулаева,стр.25,занятия № 7,8.)	Ходьба обычная в колонне по одному

Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения ,пролезании под дугу боком,	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, в разном темпе, обычный бег в колонне по одному.	Комплекс ОРУ с гимнастической палкой Пролезание под дуги боком, не задевая край. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатом между ног. Ходьба ,перешагивая через бруски. *Ползание под дуги боком в группировке. *Ходьба ,перешагивая бруски с мешочком на голове. *Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. Подвижная игра «Мы весёлые ребята» (Пензулаева,стр.28,занятия № 10,11)	Ходьба в колонне по одному с заданием для рук.
---	--	--	--

### Октябрь

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплексы ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	
3.10.2024.	Упражнять детей в беге, в ходьбе приставным шагом по гимн. скамейке. Повторить прыжки и перебрасывание мяча.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Ходьба в колонне по одному, бег колонной по одному, затем переход на ходьбу.	Комплекс ОРУ без предметов	- Равновесие-ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. - Прыжки на двух ногах через короткие шнуры - Бросание мяча двумя руками , стоя в шеренге на расст. 2,5 м др. от друга, от груди.  * Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. * Прыжки на двух ногах через короткие шнуры справа и слева, продвигаясь вперёд. * Передача мяча двумя руками от груди. (Пензулаева, стр. 33 – 35, занятие 13, 14)	«Перелёт птиц»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»

7.10.2024 10.10.2024	Разучить поворот по сигналу педагога во время ходьбы в колонне по одному, повторить бег с преодоление препятствий, упражнять в прыжках с высоты, развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному с поворотом кругом, бег в колонне по одному с перешагиванием через бруски.	Комплекс ОРУ с гимн. палкой	- Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги - Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. - Броски мяча в парах из-за головы  *Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. *Броски мяча в парах от груди *Ползание на четвереньках с переползанием через препятствие. (Пензулаева, стр.36-39, занятие 16,17)	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «У кого мяч?»
14.10.2024, 17.10.2024	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, развивать координацию движений и глазомер при метании в цель, повторить упражнения в равновесии.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба в разном темпе, бег враспынную.	Комплекс ОРУ с мячом малого диаметра	- Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. - Подлезание под дугу прямо и боком - Ходьба с перешагиванием через кубики.  *Метание мяча в горизонтальную цель *Ползание на четвереньках «змейкой» *Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. (Пензулаева, стр. 41-43, занятия 19,20)	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному
21.10.2024, 24.10.2024	Упражнять в ходьбе в колонне по два, повторить пролезание в обруч, упражнение в	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по два, ходьба в колонне по два, ходьба с поворотом, бег враспынную, ходьба и бег в колонне по одному.	Комплекс ОРУ с обручем	- Пролезание в 3 обруча боком. - Ходьба по гимнастической скамейке с заданием. - Прыжки на двух ногах на препятствие	«Гуси-лебеди»	Игра малой подвижности «Летает-не летает»

	равновесии, упражнять в прыжках.			<ul style="list-style-type: none"> <li>* Ползание на четвереньках с переползанием.</li> <li>* Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и хлопком</li> <li>* Прыжки на препятствие (Пензулаева, стр. 44-46, занятия 22,23).</li> </ul>		
28.10.2024, 31.10.2024	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен и упражнения в равновесии, развивая координацию движений упражнять в перебрасывании мячей в шеренгах.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, бег «змейкой», враспынную.	Комплекс ОРУ с мячом малого диаметра	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ходьба по гим. скамейке , передавая мяч перед собой и за спиной.</li> <li>-Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд по прямой.</li> <li>-Переброска мяча двумя руками снизу.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Ходьба по гим. скамейке , передавая мяч перед собой и за спиной.</li> <li>* Переброска мяча двумя руками из-за головы.</li> </ul> (Пензулаева, стр.49-51, занятия 25,26.)	«Пожарные на учении»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»

### Ноябрь

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплекс ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	

7.11.2024	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами, в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами, повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперёд	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя изменить направление движения. Бег между кубиками, поставленными в один ряд. Ходьба и бег чередуются.	Комплекс ОРУ без предметов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Прыжки с продвижением вперёд на правой и левой ноге попеременно.</li> <li>- Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.</li> <li>- Ведение мяча, продвигаясь вперёд шагом.</li> </ul> <p>*Прыжки на правой и левой ноге попеременно *Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой *Ведение мяча в ходьбе. (Пензулаева, стр.53-55, занятия 28,29)</p>	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности по выбору детей
11.11.2024, 17.11.2024	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии, повторить упражнения с мячом.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с ускорением и замедлением темпа движения по сигналу воспитателя. Бег между предметами.	Комплекс ОРУ с мячом большого диаметра	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ведение мяча одной рукой (баскетбольный вариант) продвигаясь вперёд.</li> <li>- Пролезание в обруч прямо и боком.</li> <li>- Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</li> </ul> <p>*Ведение мяча в ходьбе по прямой(баскетбольный вариант) *Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени. *Ходьба на носках руки за головой, между кубиками. (Пензулаева, стр.57-58, занятия 31,32)</p>	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному
18.11.2024, 21.11.2024	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу педагога, упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба в колонне по одному с заданием «Фигуры», ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ без предметов (стр.54)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</li> <li>- Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</li> <li>- Прыжки на правой и левой ноге до предмета.</li> </ul> <p>*Подлезание под шнур прямо и боком.</p>	«Пожарные на учении»	Игра малой подвижности «У кого мяч?»

				*Прыжки на правой и левой ноге попеременно. *Ходьба между предметами на носках (Пензулаева,стр.60-62,занятия 34, 35)		
25.11.2024, 28.11.2024	Упражнять в умении сохранять в беге правильную дистанцию, разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия, повторить перебрасывание мяча.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну, ходьба и бег в колонне по одному между кеглями. Ходьба и бег чередуются.	Комплекс ОРУ с обручем	- Ходьба по наклонной доске боком, переход на скамейку, ходьба боком, руки на поясе. - Прыжки на двух ногах через бруски. - Броски мяча, стоя в шеренгах двумя руками из-за головы.  * Ходьба по наклонной доске прямо, переход на скамейку и ходьба по ней, перешагивая через набивные мячи. *Прыжки на двух ногах между набивными мячами. *Переброска мячей в парах произвольным способом. (Пнзулаева,стр.64-66,занятия 37, 38.)	«Ловишки с ленточками»	Подвижная игра «Фигурь»

## Декабрь

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплекс ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	
2.12.2024, 5.12.2024	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону. Повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд. Упражнять в ползании и переброске мяча.	.По команде ведущий колонны ускоряет темп ходьбы и приближается к ребёнку, идущему в колонне последним. Образуется круг. Взяться за руки и выполнить ходьбу по кругу. По сигналу остановиться и повернуться в другую сторону. Бег по кругу.	Комплекс ОРУ с флажками	- Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперёд. - Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. - Ползание на четвереньках между предметами.  * Прыжки попеременно на правой и левой ноге.	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «У кого мяч?»

		Ходьба и бег по кругу чередуются.		* Ползание по прямой, подталкивая мяч головой. * Прокатывание набивного мяча. (Пензулаева, стр.68 - 70, занятия 40, 41)		
9.12.2024, 12.12.2024	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную. Закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер. Повторить ползание по гимн. скамейке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Ходьба врассыпную, на команду «Фигуры!» - остановиться и принять какую – либо позу.. на следующую команду – бег врассыпную. Ходьба и бег чередуются.	Комплекс ОРУ без предметов	- Перебрасывание мяча большого диаметра, стоя в шеренгах, двумя руками снизу. - Ползание по гимн. скамейке на животе, продвигаясь двумя руками за края скамейки. - Ходьба по гимн. скамейке с мешочком на голове.  * Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу и ловля его с хлопком в ладоши. * Ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине. * Упражнение в равновесии – ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. (Пензулаева, стр 71 - 73., занятия № 43, 44)	«Охотники и зайцы»	Игра малой подвижности «Летает-не летает»
16.12.2024, 19.12.2024	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную. Повторить лазанье на гимн. стенку, упражнения в равновесии и прыжках.	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. По сигналу выполнить поворот вправо и влево по ходу движения. Ходьба и бег врассыпную.	Комплекс ОРУ без предметов	- Лазанье на гимн. стенку, не пропуская реек. - Упражнение в равновесии – ходьба по гимн. скамейке, перешагивая через предметы. - Прыжки на двух ногах между предметами.  * Лазанье до верха гимн. стенки. * Упражнение в равновесии – ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.	«Хитрая лиса»	Ходьба в колонне по одному.

				* Прыжки на двух ногах между кубиками с мешочком, зажатым между колен. (Пензулаева, стр.75 - 77, занятия 46, 47)		
23.12.2024, 26.12.2024	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо.	Ходьба и бег между кубиками, расположенными в шахматном порядке.	Комплекс ОРУ с кубиком	- Упражнение в равновесии – ходьба и бег по наклонной доске. - Прыжки на правой и левой ноге попеременно между кубиками. - Бросание мяча друг другу.  * Упражнение в равновесии – ходьба по наклонной доске. * Прыжки на двух ногах между набивными мячами. * Перебрасывание мячей друг другу в шеренгах двумя руками от груди. (Пензулаева, стр. 80 - 82, занятия 49, 50)	«Медведи и пчелы»	Игра малой подвижности по выбору детей

### Январь

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплекс ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	
9.01.2025.	Повторить ходьбу и бег по кругу, разучить прыжки в длину с места, упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону, держась за верёвку.	Комплекс ОРУ с верёвкой	- Прыжки в длину с места - Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч. Бросание мяча вверх.  *Прыжки в длину с места. *Подлезание под дугой в группировке. *Перебрасывание мячей двумя руками снизу. (Пензулаева, стр.83-85, занятия 52, 53)	«Совушка»	Ходьба в колонне по одному.

13.01.2025, 16.01.2025	Повторить ходьбу и бег между предметами. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Повторить упражнение в равновесии.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения перестроение в колонну по одному, ходьба и бег с выполнением заданий, ходьба между предметами «змейкой», бег врассыпную.	Комплекс ОРУ без предметов (стр., 75)	- Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди - Пролезание в обруч боком. - Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе.  *Перебрасывание мячей друг другу и ловля после отскока об пол. *Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове *Пролезание в обруч правым и левым боком (Пензулаева, стр.87-88, занятия 55,56)	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности по выбору детей
20.01.2025, 23.01.2025	Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек, повторить ходьбу и бег по кругу, упражнения в равновесии.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону.	Комплекс ОРУ с обручем	- Лазанье на гимнастическую стенку одноимённым способом, не пропуская реек. - Ведение мяча в прямом направлении - Прыжки на двух ногах ноги врозь-ноги вместе.  *Лазанье на гимнастическую стенку и хода по четвёртой рейке. *Ведение мяча в прямом направлении *Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой. (Пензулаева, стр 90-91, занятия 58,59)	«Хитрая лиса»	Ходьба в колонне по одному.
27.01.2025, 30.01.2025	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя ходьба и бег врассыпную. бег в умеренном темпе с изменением направления.	Комплекс ОРУ с гимн. палкой	- Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны - Прыжки через бруски - Бросание мячей в корзину двумя руками из-за головы  *Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом *Прыжки через бруски правым и левым боком	«Охотники и зайцы»	Игра малой подвижности по выбору детей

				*Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. (Пензулаева, стр.94-95, занятия 61,62)		
--	--	--	--	---	--	--

### Февраль

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплекс ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	
3.02.2025, 6.02.2025	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки, ходьбу и бег враспынную. Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять в ползании под дугу и отбивании мяча о пол.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, затем в круг. Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя.	Комплекс ОРУ с мячом большого диаметра.	- Прыжки в длину с места. - Отбивание мяча об пол одной рукой, продвигаясь вперед шагом. - Подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке.  * Прыжки в длину с места. * Ползание на четвереньках между набивными мячами. * Перебрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока об пол двумя руками в шеренгах. (Пензулаева, стр.97-99, занятия 64,65)	«Не оставайся на полу»	Ходьба в колонне по одному.
10.02.2025, 13.02.2025	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Разучить метание в вертикальную цель. Упражнять в ползании под палку и перешагивании через шнур.	Ходьба и бег между предметами. Перестроение в три колонны.	Комплекс ОРУ с обручем (стр. 90)	- Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча. - Подлезание под палку. - Упражнение в равновесии-перешагивание через шнур.  * Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой. * «Проползи-не урони»-ползание по гимн. скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	«Мышеловка»	Ходьба в колонне по одному.

				<p>* Упражнение в равновесии-ходьба на носках между кеглями.</p> <p>* Пружки на двух ногах через шнуры. (Пензулаева, стр.100-102, занятия 67,68)</p>		
17.02.2025, 20.02.2025	Упражнять детей в непрерывном беге, лазанье на гимн. стенку, не пропуская реек. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Повторить задания в прыжках с мячом.	Ходьба в колонне по одному, бег в среднем темпе с изменением направления движения. Ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ без предметов	<p>- Лазанье на гимн. стенку, передвижение по четвёртой рейке и спуск вниз.</p> <p>- Отбивание мяча в ходьбе.</p> <p>- Упражнение в равновесии-ходьба по гимн. скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе или за головой.</p> <p>- Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперёд до обозначенного места.</p> <p>* Упражнение в равновесии-ходьба по гимн. скамейке, руки за головой.</p> <p>*Прыжки с ноги на ногу между предметами.</p> <p>* Бросание мяча вверх и ловля его одной рукой. (Пензулаева, стр.103-105, занятия 70,71)</p>	«Гуси-лебеди»	Ходьба в колонне по одному.
24.02.2025, 27.02.2025	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу, Разучить ходьбу по канату с мешочком на голове, упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал педагога выполнить поворот в другую сторону ,бег с поворотом в другую сторону, бег враспынную.	Комплекс ОРУ с мячом малого диаметра	<p>- Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове</p> <p>- Прыжки из обруча в обруч.</p> <p>- Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола</p> <p>*Упражнение в равновесии- ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове</p> <p>*Прыжки на двух ногах через набивные мячи</p> <p>* Переброска мяча друг другу и ловля его с хлопком после отскока от пола</p>	«Пожарные на учении»	Игровое упражнение «Мяч водящему»

				(Пензулаева, стр.108-110 ,занятия 73,74)		
--	--	--	--	--	--	--

### Март

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплекс ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	
3.03.2025, 6.03.2025	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную. Разучить прыжок в высоту с разбега. Упражнять в метании мешочков в цель, ползании между предметами.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения по команде. Ходьба и бег врассыпную между кубиками.	Комплекс ОРУ без предметов.	- Прыжки в высоту с разбега. - Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, способом от плеча. - Ползание на четвереньках между предметами.  * Прыжки в высоту с разбега. * Метание мешочков в вертикальную цель. * «Кто быстрее доползёт до кегли» - ползание на четвереньках по прямой. (Пензулаева стр.112-114, занятия 76, 77)	«Медведи и пчёлы»	Ходьба колонной по одному
10.03.2025, 13.03.2025	Повторить ходьбу со сменой темпа движения. Упражнять в ползании по гимн. скамейке, в умении сохранять равновесие и прыжках.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. На сигнал ходьба со сменой темпа движения. Ходьба и бег врассыпную	Комплекс ОРУ с кубиком	- Ползание по гимн. скамейке с опорой на ладони и ступни. - Равновесие -ходьба по гимн. скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше. - Прыжки вправо и влево через шнур, продвигаясь вперёд.	«Стоп»	Ходьба в колонне по одному

				<ul style="list-style-type: none"> <li>* Ползание по гимн. скамейке с опорой на четвереньках.</li> <li>* Равновесие -ходьба по гимн. скамейке, на середине медленно повернуться кругом и пройти дальше.</li> <li>* Прыжки из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой ноге.</li> </ul> (Пензулаева стр.116-117, занятия 79, 80)		
17.03.2025, 20.03.2025	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении. Повторить упражнения в метании в горизонтальную цель. Упражнять в лазанье и умении сохранять равновесие.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному, по команде перестроение в колонну по два (парами). Ходьба в колонне по два и перестроение обратно в колонну по одному. Ходьба и бег в рассыпную.	Комплекс ОРУ с обручем	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Метание мешочков в горизонтальную цель.</li> <li>- Подползание под шнур боком, не касаясь его.</li> <li>- Равновесие-ходьба на носках между набивными мячами, руки за головой.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Метание мешочков в горизонтальную цель способом от плеча.</li> <li>* Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами.</li> <li>* Равновесие-ходьба с перешагиванием через набивные мячи попеременно правой и левой ногой, руки произвольно.</li> </ul> (Пензулаева стр.119-121, занятия 82, 83)	«Не оставайся на полу»	Ходьба в колонне по одному
24.03.2025, 27.03.2025	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках и метании, повторить ходьбу и бег по кругу.	Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег по кругу. Ходьба с перешагиванием через шнуры попеременно правой и левой ногой, бег в рассыпную	Комплекс ОРУ с гимн. палкой	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.</li> <li>- Прыжки через бруски</li> <li>- Бросание мяча двумя руками из-за головы.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>*Ходьба по гим. скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной</li> </ul>	«Медведи и пчелы»	Ходьба в колонне по одному

				<p>*Прыжки на двух ногах, перепрыгивание через предмет</p> <p>*Броски малого мяча вверх одной рукой и ловля двумя.</p> <p>(Пензулаева, стр.123-125, занятия 85. 86))</p>		
--	--	--	--	--	--	--

### Апрель

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплекс ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	
31.03.2025, 3.04.2025	Упражнять в прокатывании обручей, повторить ходьбу и бег между предметами, разучить прыжки с короткой скакалкой.	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения, ходьба и бег между предметами.	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой	<p>Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая её вперёд.</p> <p>Прокатывание обручей друг другу</p> <p>Пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p>*Прыжки не месте через скакалку, с продвижением вперёд.</p> <p>*Прокатывание обручей в парах</p> <p>*Пролезание в обруч</p> <p>(Пензулаева, стр.126-128, занятие 88,89)</p>	«Стоп»	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей
7.04.2025, 10.04.2025	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде. Повторить метание в верт. цель, развивая ловкость и глазомер. Упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Ходьба колонной по одному с выполнением заданий по команде. Ходьба и бег с перешагиванием через кубики.	Комплекс ОРУ с малым мячом	<p>- Метание мешочков в верт. цель способом от плеча.</p> <p>- Ползание по прямой, затем переползание через скамейку.</p> <p>- Равновесие- ходьба по гимн. скамейке.</p> <p>* Метание мешочков в верт. цель правой и левой рукой.</p> <p>* Равновесие- ходьба по гимн. скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки в стороны.</p>	«Удочка»	Ходьба в колонне по одному.

				* Ползание по гимн. скамейке на ладонях и ступнях («по-медвежь») (Пензулаева стр.130-132, занятия 91, 92)		
14.04.2025, 17.04.2025	Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Закреплять навыки лазанья на гимн. стенку. Упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Ходьба и бег колонной по одному между предметами.	Комплекс ОРУ без предметов	- Лазанье на гимн. стенку произвольным способом спуск вниз, не пропуская реек.и спуск вниз, не пропуская реек. - Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. - Равновесие- ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе.  * Лазанье на гимн. стенку произвольным способом, ходьба по рейке приставным шагом, спуск вниз, не пропуская реек. * Перепрыгивание через шнур справа и слева, продвигаясь вперед. * Равновесие- ходьба на носках между набивными мячами, руки на поясе. (Пензулаева, стр.133-136, занятия 94,95 )	«Горелки»	Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал?»
21.04.2025, 24.04.2025	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону . сохранении равновесия на повышенной опоре, повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал : «Поворот!»- повернуться кругом и продолжить движение, ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ без предметов	- Ходьба по гим., перешагивая через набивные мячи. - Бросание мяча вверх двумя руками и ловля двумя руками. - Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед  *Ходьба по гимн. скамейке боком , на середине присесть, встать и пройти дальше. *Бросание мяча вверх одной рукой, ловля двумя руками.	«Мышеловка»	Игра малой подвижности «Кто ушёл?»

				*Прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. (Пензулаева, стр.138-140, занятия 97,98.)		
28.04.2025	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы, разучить прыжки в длину с разбега, упражнять в перебрасывании мяча.	Построение в шеренгу. перестроение в колонну. Ходьба и бег с перешагиванием через шнуры, враспынную	Комплекс ОРУ с флажками	- Прыжки в длину с разбега - Перебрасывание мяча от груди - Ползание по прямой на ладонях и ступнях  *Прыжки в длину с разбега *Забрасывание мяча в корзину *Проползание под дугу или в обруч (Пензулаева, стр.141-143, занятия 100,101.)	«Не оставайся на полу»	Игра малой подвижности «Найди и промолчи»

## Май

Дата	Программное содержание	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Комплекс ОРУ	Основные движения	Подвижная игра	
5.05.2025, 8.05.2025	Упражнять в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную, развивать ловкость в упражнениях с мячом и обручем. Повторить упражнения в равновесии.	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба колонной по одному между предметами. Ходьба и бег враспынную.	Комплекс ОРУ с малым мячом	- Бросание мяча об пол одной рукой и ловля двумя. - Пролезание в обруч правым и левым боком в группировке - Ходьба по гим. скамейке боком, на середине присесть.  *Бросание мяча об пол и вверх одной рукой и ловля двумя. *Пролезание в обруч прямо и боком. *Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. (Пензулаева.стр.145-146, занятия 103,104.)	«Пожарные на учении»	Ходьба в колонне по одному

12.05.2025, 15.05.2025	Повторить ходьбу с изменением темпа движения, развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе, повторить прыжки между предметами.	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному с ускорением и замедлением темпа движения по команде педагога, ходьба враспынную.	Комплекс ОРУ с обручем	- Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. - Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. - Прыжки на двух ногах между кеглями  *Ползание по гимн. скамейке на животе, подтягиваясь руками. *Ходьба с перешагиванием через бруски. *Прыжки на правой и левой ноге попеременно. (Пензулаева,стр 148-150,занятия 106,107)	«Караси и щука»	Ходьба в колонне по одному
19.05.2025, 22.05.2025	Упражнять в беге, учить сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Повторить метание мешочков в цель и прыжки через короткую скакалку.	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному с перешагиванием через шнуры. Бег в среднем темпе.	Комплекс ОРУ с кеглями	- Ходьба по горизонтальному бревну -Прыжки через короткую скакалку. - Метание мешочков в горизонтальную цель одной рукой снизу.  *Ходьба по горизонт. бревну. *Пингвины-прыжки на двух ногах вперёд с мешочком, зажатым между колен. *Прокатывание мячей в прямом направлении, подталкивая головой. (Пензулаева,стр.152-154, занятия 109,110)	«Пятнашки»	Игра малой подвижности «Затейник»
26.05.2025, 29.05.2025	Упражнять детей в беге на скорость, в подлезании под шнур. Повторить прыжки в высоту с разбега. Отрабатывать навыки метания мешочков вдаль.	Ходьба на носках, на пятках в чередовании с обычной ходьбой. Бег на скорость, переход на обычный бег. Ходьба и бег чередуются.	Комплекс ОРУ с мячом малого диаметра	- Прыжки в высоту. -Подлезание под шнур в группировке. -Метание мешочков на дальность.  *Прыжок в высоту с разбега. * Прокатывание набивных мячей в прямом направлении до предмета. *Подлезание под дугу. (Пензулаева,стр.155-157, занятия 112,113)	«Мы-весёлые ребята»	Ходьба в колонне по одному

## 5. Перечень литературных источников.

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования.
2. Образовательная программа дошкольного образования государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 45 Пушкинского района Санкт-Петербурга.
3. Анисимова Т.Г, Ерёмина Р.А, Ульянова С.А. Формирование правильной осанки. Коррекция плоскостопия у дошкольников. Издательство «Учитель».
4. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Издательство «Учитель», 2016.
5. Еромыгина М.В. «Картотека упражнений для самомассажа пальцев и кистей рук. Зрительная гимнастика». Санкт-Петербург. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2018.
6. Калинина Т.С., Николаева С.В. Павлова О.В., Смирнова И.Г. Пальчиковые игры и упражнения для детей 2-7 лет. Соответствует ФГОС.
7. Коновалова Н.Г. Профилактика нарушения осанки у детей. Издательство «Учитель», Волгоград, 2015.
8. Лапшина Г.А. Календарные и народные праздники в детском саду. Издательство «Учитель».
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. 4-5 лет. Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ, Москва, 2020 Соответствует ФГОС.
10. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. 4-5 лет. Соответствует ФГОС. Издательство МОЗАИКА – СИНТЕЗ, Москва, 2021.
11. Попова М.Н. Навстречу друг другу. ЛОИРО, 2004.
12. Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. Санкт – Петербург. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2017.

13. Токаева Т.Э Программа физического развития детей 3-7 лет «Будь здоров, дошкольник». Издательство «ТЦ Сфера», 2015.  
Соответствует ФГОС.
14. Утробина К.К. Подвижные игры для детей 3-5 лет. Москва, Издательство «ГНОМ», 2022г. Соответствует ФГОС.
15. Утрбина К.К Подвижные игры для детей 5-7 лет. Москва. Издательство ГНОМ, 2019.
16. Шорыгина Т.А. Спортивные сказки. М. ТЦ Сфера, 2018
17. Шорыгина Т.А. Безопасные сказки- М. ТЦ Сфера, 2018
18. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет часть 2. Москва.Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2014.
- 19.Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет часть 3. Москва. Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2014.