

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 12 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад №12  
Приморского района Санкт-Петербурга  
Протокол №1 от 30.08.2021г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ГБДОУ детским садом №12  
Приморского района Санкт-Петербурга  
Приказ № 129-од от 31.08.2021 г.  
\_\_\_\_\_ Т.А.Слободянюк

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **инструктора по физической культуре**

ГБДОУ детского сада №12 Приморского района Санкт-Петербурга  
на 2021-2022 учебный год

**Составила: Мельникова Маргарита Валерьевна**

Санкт-Петербург

2021

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цели и задачи реализации рабочей программы.....	4
1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	5
1.4 Возрастные особенности детей дошкольного возраста.....	5
1.5 Планируемые результаты освоения рабочей программы.....	7
1.6 Оценка качества образовательной деятельности по рабочей программе.....	9
1.7 Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	10
1.8 Летняя оздоровительная работа.....	11

### 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Содержание образовательной деятельности по основным образовательным областям.....	11
2.2 Описание форм, способов и методов реализации рабочей программы.....	13
2.3 Способы и направления поддержки детской инициативы.....	15
2.4 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.....	17
2.5 Содержание деятельности по охране и укреплению здоровья воспитанников.....	18
2.6 Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	18
2.7 Содержание летней оздоровительной работы.....	19

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы.....	19
3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	20
3.3 Материально-техническое обеспечение рабочей программы.....	21
3.4 Планирование образовательной деятельности.....	23
3.5 Организация режимов пребывания детей в образовательном учреждении.....	24
3.6 Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	24

### 4. Материально-техническое оснащение Программы..... 25

#### Приложения

Приложение № 1. Циклограмма событий, праздников, мероприятий в группе (с учетом программы воспитания).....	27
Приложение № 2. Форма календарного планирования.....	29
Приложение № 3. Система физкультурно-оздоровительной работы.....	74
Приложение № 4. Досуг.....	80
Приложение № 5. Оздоровительные мероприятия в летний период.....	83

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1 Пояснительная записка

Утверждение федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30 384), вступил в силу с 1 января 2014 г.) является следствием принятия нового Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»), в котором за дошкольным образованием впервые закрепляется статус уровня общего образования в системе непрерывного образования Российской Федерации (Пункт 4 статьи 10 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»). В новом законодательстве Российской Федерации об образовании образование декларируется как общественно значимое благо, осуществляемое в интересах человека, семьи, общества и государства (Часть первая статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г.

№ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»), рассматривается как важнейшая социальная деятельность общества и как ресурс его развития. Стандарт дошкольного образования принимается в России впервые. Он является наукоемким и отражает современные достижения отечественной и мировой психологической и педагогической науки и практики. Стандарт позволяет, с одной стороны, утвердить и защитить специфику дошкольного детства как психологически особого периода развития ребенка, а с другой — обеспечить целостность и преемственность системы российского образования.

Цель ФГОС ДО — выразить запросы, предъявляемые к образованию государством, обществом и семьей в интересах растущей и развивающейся личности.

В самом общем виде они выглядят так:

- повышение социального статуса дошкольного образования;
- сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования;
- обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
- обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения (Пункт 1.5 ФГОС дошкольного образования);
- обеспечение преемственности основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования;
- обеспечение вариативности содержания программ дошкольного образования (Пункт 1 статьи 11 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

Настоящая Рабочая программа по физической культуре разработана на основе:

- Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада №12 Приморского района Санкт-Петербурга;
- Программы Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»;
- Инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019) разработанной в соответствии с ФГОС ДО и с учётом Указа Президента РФ от 07.05.2018 г. № 204 «О

национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».

## **1.2 Цели и задачи реализации рабочей программы**

Цель Программы: воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи:

- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс с учётом возрастных и индивидуальных особенностей и склонностей воспитанников, в соответствии с духовно-нравственными ценностями, историческими и национально-культурными традициями народов России, а также с природно-географическим и культурно-историческим своеобразием региона;

- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

- создание условий для обеспечения охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия воспитанников;

- воспитание у детей дошкольного возраста таких качеств, как патриотизм, уважение к традиционным ценностям, интерес и уважение к родному краю, традиционные гендерные представления, нравственные основы личности;

- осуществление преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);

- формирование предпосылок учебной деятельности и отношения к образованию как к одной из ведущих жизненных ценностей;

- создание детско-взрослого сообщества, основанного на взаимном уважении, равноправии, доброжелательности и сотрудничестве всех участников образовательных отношений;

- создание пространства детской реализации (ПДР), предполагающего поддержку детской инициативы, творчества, развитие личности ребёнка и создание условий для самореализации;

- создание современной развивающей предметно-пространственной среды (РППС) в соответствии с ФГОС ДО и требованиями программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»;

- осуществление эффективного взаимодействия с семьями воспитанников: обеспечение открытости дошкольного образования, максимального участия родителей (законных представителей) в образовательном процессе, психолого-педагогической поддержки семьи, единства подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

Срок реализации программы 2021-2022 учебный год.

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

### **1.3 Принципы и подходы к формированию Рабочей Программы.**

Программа строится на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого детей и обеспечивает физическое, социально-коммуникативное, познавательное, речевое и художественно-эстетическое развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность;

Специальные:

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность;

Гигиенические:

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление личностно - ориентированного обучения и воспитания.

### **1.4. Возрастные особенности детей дошкольного возраста**

Младшая группа (3 – 4 года).

На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

Средняя группа (4-5 лет).

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнениях. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится

в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Старшая группа (5-6 лет).

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Подготовительная группа (6-7 лет).

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение



последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

### 1.5 Планируемые результаты освоения рабочей программы

В соответствии с ФГОС к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования планируемые результаты освоения детьми ООП делятся на промежуточные и итоговые. Планируемые промежуточные результаты освоения Программы раскрывают динамику формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы (3-4 года, 4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет) по всем образовательным областям. Представленная структура содержания дошкольного образования предполагает в каждой образовательной области решение психологопедагогических задач, в том числе формирование личностных, интеллектуальных и физических качеств ребенка в различном сочетании. Планируемые итоговые результаты освоения детьми 6-7 летнего возраста основной общеобразовательной программы дошкольного образования должны описывать интегративные качества ребёнка, которые он может приобрести в результате освоения Программы.

Мониторинг проводится 2 раза в год (в сентябре, в мае) инструктором по физической культуре. В данную группу входят и воспитатели, работающие в данной возрастной группе. Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка. Мониторинг образовательного процесса осуществляется через отслеживание результатов освоения образовательной программы, а мониторинг детского развития проводится на основе оценки развития интегративных качеств ребенка.

#### МЛАДШАЯ ГРУППА

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы:

- Умеет ходить по одной линии в колонне,
- Умеет бегать в колонне друг за другом, врассыпную,
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
- Принимает правильное исходное положение при прыжке в длину,
- Может подкидывать и ловить мяч кистями рук,
- Ориентируется в пространстве.

<b>Наименование показателя</b>	<b>мальчики</b>	<b>девочки</b>
Бег (10 м)	3,3-2,6 сек	3,3-2,6 сек
Прыжок в длину с места	40-50см	40-50см
Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его	2-3 раза подряд	2-3 раза подряд

### СРЕДНЯЯ ГРУППА

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы:

- Принимает правильное исходное положение при метании;
- Может метать предметы разными способами правой и левой рукой.
- Отбивает мяч о землю (о пол) не менее 5 раз подряд,
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м,
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу,
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны,
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

<u>Наименование показателя</u>	<u>мальчики</u>	<u>девочки</u>
Бег (30 м)	9,5-10 сек	9,5-10 сек
Прыжок в длину с места	60-70см	60-70см
Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его	3-4 раза подряд	3-4 раза подряд
Наклон вперед из положения стоя	1-4см	3-7см
Равновесие	3,3-5,1 сек	5.2-8.1 сек

### СТАРШАЯ ГРУППА

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы:

- Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку. Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м.)
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см)
- Прыгать на обозначенное место с высоты 30 см,
- Прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100см), 8
- Прыгать через скакалку.
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9 м.
- В вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м.,
- Сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить,
- Отбивать мяч о землю на месте 10 раз,
- Владеет школой мяча.
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Умеет перестраиваться в колонну по два три, четыре; равняться, размыкаться в колонне, шеренге.
- Выполнять повороты направо, налево, кругом.

<u>Наименование показателя</u>	<u>мальчики</u>	<u>девочки</u>
Бег (30 м)	7,5-8,5 сек	7,5-8,5 сек
Прыжок в длину с места	80см	80см
Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его	10 раз подряд	10 раз подряд
Челночный бег	12.7 сек	13.0 сек
Наклон вперед из положения стоя	2-7см	4-8см
Равновесие	7,0 сек	9,4-14,2

### ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

Планируемые промежуточные результаты (интегративные качества) освоения данной программы:



- Выполняет правильно все виды основных движений,
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты 40 см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см, прыгать через скакалку различными способами.
- Может перебрасывать набивные мячи (1 кг), бросать предметы в цель из разных и.п., попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в колонны по 3 по 4, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета, соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений.
- Следит за правильной осанкой.
- Участвует в играх с элементами спорта.
- Имеет представления о ЗОЖ (о некоторых особенностях строения и функционирования организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности, о полезных и вредных привычках и др.)

<b>Наименование показателя</b>	<b>мальчики</b>	<b>девочки</b>
Бег (30 м)	6,5-7.5 сек	6,5-7.5 сек
Прыжок в длину с места	100 см	100 см
Бросание мяча вверх, вниз, об пол, ловля его	20 раз	20 раз
Челночный бег	11.5 сек	12.1 сек
Наклон вперед из положения стоя	3-6 см	4-8 см
Равновесие	40 сек	50 сек

### **1.6 Оценка качества образовательной деятельности по рабочей программе.**

В соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (п.29 ч.1 ст.2) качество образования определяется как комплексная характеристика образовательной деятельности и подготовки обучающегося, выражающая степень их соответствия федеральным государственным образовательным стандартам, образовательным стандартам, федеральным государственным требованиям и (или) потребностям физического или юридического лица, в интересах которого осуществляется образовательная деятельность, в том числе степень достижения планируемых результатов образовательной программы.

В соответствии со ФГОС ДО и принципами ГБДОУ оценка качества дошкольного образования не сводится к результатам, которые демонстрирует ребёнок, а предполагает комплексную оценку образовательной деятельности. При проведении комплексной оценки качества дошкольного образования ГБДОУ исходит из положения о внутренней системе оценки качества образования учреждения.

Под ВСОКО понимается проведение контроля, проверок, наблюдений, обследований, изучение последствий, принятых управленческих решений в ГБДОУ заведующим, старшим воспитателем, другими работниками ГБДОУ в рамках полномочий, определенных должностными инструкциями, или приказом заведующего.

Внутренняя система оценки качества образования ориентирована на решение следующих задач:

- систематическое отслеживание и анализ состояния системы образования в ГБДОУ для принятия обоснованных и своевременных управленческих решений, направленных на повышение качества образовательного процесса и образовательного результата;

- максимальное устранение эффекта неполноты и неточности информации о качестве образования, как на этапе планирования образовательных результатов, так и на этапе оценки эффективности образовательного процесса по достижению соответствующего качества образования.

Основными принципами системы оценки качества образования в ГБДОУ являются:

- принцип объективности, достоверности, полноты и системности информации о качестве образования;

- принцип открытости, прозрачности процедур оценки качества образования; преемственности в образовательной политике, интеграции в общероссийскую систему оценки качества образования;

- принцип доступности информации о состоянии и качестве образования для различных групп потребителей;

- принцип рефлексивности, реализуемый через включение педагогов в критериальный самоанализ и самооценку своей деятельности с опорой на объективные критерии и показатели; повышения потенциала внутренней оценки, самооценки, самоанализа каждого педагога;

- принцип оптимальности использования источников первичных данных для определения показателей качества и эффективности образования (с учетом возможности их многократного использования);

- принцип инструментальности и технологичности используемых показателей (с учетом существующих возможностей сбора данных, методик измерений, анализа и интерпретации данных, подготовленности потребителей к их восприятию);

- принцип минимизации системы показателей с учетом потребностей разных уровней управления; сопоставимости системы показателей с муниципальными, региональными аналогами;

- принцип взаимного дополнения оценочных процедур, установление между ними взаимосвязей и взаимозависимостей;

- принцип соблюдения морально-этических норм при проведении процедур оценки качества образования в дошкольном учреждении.

Содержание процедуры оценки качества условий реализации ГБДОУ образовательного учреждения включает в себя оценку:

- психолого-педагогических условий;

- кадровых условий;

- материально-технических условий;

- финансовых условий реализации Программы;

- развивающей предметно-пространственной среды.

Придание гласности и открытости результатам оценки качества образования осуществляется путем предоставления информации:

- основным потребителям результатов системы оценки качества образования;

- средствам массовой информации через публичный отчет заведующего СП ОДОД;

- размещение аналитических материалов, результатов оценки качества образования на официальном сайте ГБДОУ детский сад №12 Приморского района Санкт-Петербурга.

### **1.7 Часть, формируемая участниками образовательных отношений.**

Для решения задач по освоению основной образовательной программы ГБДОУ для детей 3-7 лет в занятия включена работа с интерактивной доски. Владение информационно-компьютерными технологиями помогает педагогу чувствовать себя комфортно в новых социально-экономических условиях, а образовательному учреждению — перейти на режим функционирования и развития как открытой образовательной системы. Дошкольный возраст — один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрасте закладываются основы здоровья, правильного

физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту. Необходимо искать и внедрять новые эффективные методы, позволяющие сохранять и развивать здоровье детей, в том числе и с использованием информационных компьютерных технологий и наиболее эффективным при выборе технологий является мультимедиа-подход.

### **1.8 Летняя оздоровительная работа**

Основная цель оздоровительной работы: создание максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы и развитие познавательного интереса детей.

Задачи:

- создание условий для организации закаливающих и оздоровительных мероприятий в соответствии с индивидуальными особенностями и состоянием здоровья ребенка;
- реализация системы мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, воспитание любознательности, познавательной активности, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков;
- оптимальное пребывание детей на свежем воздухе, обеспечение их двигательной активностью;

Планируемые результаты:

- укрепление физического и психического здоровья обучающихся;
- развитие у детей познавательной, двигательной активности, любознательности, воображения и творчества;
- развитие коммуникации между детьми разного возраста;
- воспитание валеологической культуры и здорового образа жизни.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

### **2.1 Содержание образовательной деятельности по основным образовательным областям.**

Образовательная область «Физическое развитие» направлена на сохранение и укрепления здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

#### ***1). Содержание образовательной деятельности по образовательным областям с детьми 3-4 лет:***

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- развитие представлений о здоровом образе жизни, бережном отношении к собственному организму, здоровом питании, пользе закаливания, двигательной активности, полноценного сна;
- обучение называть и различать органы чувств, обозначение их роли и правил ухода за ними;
- освоение упражнений, укрепляющих различные органы и системы организма;
- воспитание внимательного отношения к собственному самочувствию и способности сообщить взрослому о его ухудшении;

- формирование осознанности использования навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни;
- воспитание культуры поведения во время еды и осуществления гигиенических процедур.

**Физическая культура:**

- совершенствование точности и координации движений при ходьбе и беге;
- усложнение сочетаний движений (энергичное отталкивание двумя ногами и правильное приземление в прыжках с высоты, с места и с продвижением вперёд; катание, бросание, метание мячей одной и двумя руками);
- обучение навыкам совместной двигательной деятельности;
- содействие сохранению правильной осанки в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;
- поддержка самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений;
- приобщение к доступным спортивным занятиям и играм дома и на прогулке;
- развитие умения выполнять команды и действовать с изменением и усложнением правил в подвижных играх;
- поощрение самостоятельных игр со спортивным инвентарём;
- развитие навыков лазания и ползания;
- воспитание ловкости, выразительности и красоты движений.

**2). Содержание образовательной деятельности по образовательным областям с детьми 4-5 лет:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- расширение знаний детей о частях тела, органах чувств и их значении в жизни;
- воспитание у детей потребности в соблюдении режима питания;
- развитие умения устанавливать связь между совершаемым действием и самочувствием;
- формирование у детей навыков оказания первой помощи себе;
- воспитание самостоятельности в соблюдении личной гигиены;
- формирование навыков правильного поведения при приёме пищи.

**Физическая культура:**

- обеспечение гармоничного физического развития;
- формирование правильной осанки;
- развитие навыков ходьбы и бега с согласованием движений рук и ног;
- обучение ползанию, пролезанию, подлезанию, перелезанию через предметы;
- закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, совершенствование действий с мячом;
- обучение кататься на двухколёсном велосипеде по прямой и по кругу;
- обучение ходьбе на лыжах (скользящим шагом, с поворотами, подъёмом на гору, спуском);
- развитие в играх психофизических качеств.

**3). Содержание образовательной деятельности по образовательным областям с детьми 5-6 лет:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- привлечение внимания детей к особенностям их организма и здоровья;
- расширение представлений о составляющих здорового образа жизни и факторах разрушающих здоровье;
- расширение представлений о роли гигиены и режима дня для жизни человека;

- закрепление умения замечать и самостоятельно устранять беспорядок в своём внешнем виде;
- совершенствование культуры еды (использование столовых предметов, посадка за столом, культура приёма пищи).

**Физическая культура:**

- продолжение формирования правильной осанки;
- развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости;
- закрепление умения легко ходить и бегать;
- обучение прыжку в длину, в высоту, с разбега;
- развитие навыка сочетания замаха с броском при метании;
- помощь взрослому в подготовке физкультурного инвентаря к занятию;
- знакомство с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале;
- обучение ходьбе на лыжах (скользящим шагом, с подъёмом и спуском);
- обучение катанию на двухколёсном велосипеде;
- поддержка интереса к различным видам спорта;
- воспитание у детей стремления участвовать в играх с элементами соревнования.

**4). Содержание образовательной деятельности по образовательным областям с детьми 6-7 лет:**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- расширение представлений детей о пользе рационального питания, двигательной активности и активном отдыхе;
- воспитание привычки быстрого и правильного выполнения гигиенических процедур без отвлечения;
- воспитание аккуратности и опрятности в одежде и внешнем виде.

**Физическая культура:**

- формирование потребности в ежедневной двигательной активности;
- совершенствование техник основных движений;
- развитие психофизических качеств: силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости; - поддержка детской инициативы в организации подвижных игр.

**2.2 Описание форм, способов и методов реализации рабочей программы.**

**1). Формы работы**

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

- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика
- Подвижные игры
- Физминутки, физкультурные паузы
- Оздоровительно-профилактическая гимнастика
- Гимнастика после сна
- Закаливание
- Физические упражнения и игры
- Спортивные праздники и физкультурные досуги
- Спортивные соревнования
- Интегративная деятельность
- Проектная деятельность
- Проблемная ситуация

- Психогимнастика
- Элементы оздоровительной детской йоги
- Совместная деятельность взрослого и детей
- Контрольно-диагностическая деятельность

## **2). Структура физкультурного занятия.**

Основной организационной формой двигательной активности в ГБДОУ является физкультурное занятие. В каждой возрастной группе физкультура в зале проводится 2 раза в неделю: в спортивном зале и на улице.

### Структура физкультурного занятия в зале.

Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

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

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

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

### Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе.

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

## **3). Способы организации двигательной деятельности.**

- Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
- Поточный способ. Дети друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
- Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

## **4). Средства двигательной деятельности.**

Для решения задач физического воспитания дошкольников используются различные средства: гигиенические факторы, естественные силы природы, физические



упражнения и др. Комплексное использование всех этих средств разносторонне воздействует на организм, способствует физическому воспитанию детей.

Гигиенические факторы играют важную роль в физическом воспитании. Они включают в себя режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиену одежды, обуви, уборку групповых комнат, зала, физкультурных снарядов и пособий. Здоровье человека невозможно без правильного, научно обоснованного, полноценного питания. От этого зависит функционирование желудочно-кишечного тракта, энергообмен в организме. Ребенок, получающий нормальное питание, растет и развивается правильно, гармонично. Достаточно длительный, здоровый сон обеспечивает отдых и повышает работоспособность нервной системы. Правильное освещение, соответственно подобранная мебель предупреждают заболевания глаз, нарушение осанки. Соблюдение режима дня и двигательная активность приучают ребенка к организованности, дисциплинированности, готовности и в дальнейшем, в школе, соблюдать режим работы и отдыха.

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) повышают функциональные возможности и работоспособность организма. Они имеют огромное значение в закаливании организма, тренировке механизмов терморегуляции. Использование 20 природных факторов в сочетании с физическими упражнениями повышает обменные процессы, приспособительные и защитные функции организма ребенка. Физические упражнения – элементарные движения, составленные из них двигательные действия и их комплексы, систематизированные в целях физического развития.

#### **5). Методы физического развития.**

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

В физическом развитии дошкольников применяются группы методов:

- специфические, т.е. методы, которые применяются только для процесса физического развития;
- общепедагогические, т.е. методы, которые применяются во всех случаях обучения и воспитания.

*Специфические методы:*

- метод строго регламентированного упражнения (каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точной нагрузкой и интенсивностью);
- игровой метод (использование упражнений в игровой форме);
- соревновательный метод (применение упражнений в соревновательной форме);
- метод круговой тренировки (ребенок, передвигаясь по заданному кругу, выполняет определенные задания или упражнения).

*Общепедагогические методы:*

- Словесные методы (применяются для осознанного выполнения упражнений):
- названия упражнений;
- описание;
- объяснения;
- указания;
- команды;
- вопросы к детям и др.

*Практические методы* (формируют представления о движении, восприятия, двигательные ощущения, развивают сенсорику):

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

### **2.3 Способы и направления поддержки детской инициативы.**

Детская инициатива проявляется в том, что ребёнок сам выражает своё намерение и выбирает способы его реализации в ситуации, когда взрослый не ставит перед ним такой

задачи. Инициативное действие требует от ребёнка целеустремлённости и доведения своего действия до конца. Для развития инициативы, как и для развития самостоятельности, необходимо, чтобы распорядок дня оставлял ребёнку место для выбора, реализации своих намерений и действий по собственному замыслу, а предметно-пространственная среда давала широкие возможности для рождения новых идей и экспериментирования.

Специфика реализации образовательного процесса в соответствии с ГБДОУ подразумевает сочетание классического, комбинированного и нелинейного расписания в соответствии с возрастными группами воспитанников как для основной, так и для вариативной части образовательной деятельности, а также подразумевает свободный выбор видов и форм реализации деятельности детьми в режимных моментах. Такой подход в сочетании с организацией развивающей предметно-пространственной среды ГБДОУ в соответствии с ФГОС ДО даёт обширные возможности для поддержки и развития детской инициативы.

Общие требования развития детской инициативы и самостоятельности:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно;
- постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;
- своевременно обращать внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- «дозировать» помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

Задачи инструктора:

- наблюдать за детьми, при необходимости, помогать (объяснять как пользоваться новыми материалами, подсказать новый способ действия);
- помогать детям наладить взаимодействие друг с другом в совместных занятиях и играх в центрах активности;
- следить, чтобы каждый ребёнок нашёл себе интересное занятие.

*Проектная деятельность*

Один из важнейших элементов пространства детской реализации. Главное условие эффективности проектной деятельности – чтобы проект был действительно детским, то есть был задуман и реализован детьми, при этом взрослый создаёт условия для самореализации.

Задачи инструктора:

- заметить проявление детской инициативы;
- помочь ребёнку (детям) осознать и сформулировать свою идею;
- при необходимости, помочь в реализации проекта, не забирая при этом инициативу;
- помочь детям в представлении (презентации) своих проектов;
- помочь участникам проекта и окружающим осознать пользу и значимость полученного результата.

### *Образовательное событие*

Выступает как новый формат совместной детско-взрослой деятельности. Событие – это захватывающая, достаточно длительная (от нескольких дней до нескольких недель) игра, где участвуют все – дети, и взрослые, при этом «руководят» всем дети. В данной деятельности взрослый находит и вводит в детское сообщество такую проблемную ситуацию, которая заинтересует детей и подтолкнёт их к поиску решения. Развитие ситуации будет зависеть в первую очередь от творческой фантазии детей.

Задачи инструктора:

- заронить в детское сообщество проблемную ситуацию, которая заинтересует детей;
- дать детям возможность разворачивать действия по своему пониманию, оказывая им, при необходимости, деликатное содействие, избегая прямых подсказок и указаний;
- помогать детям планировать событие так, чтобы они смогли реализовать свои планы;
- насыщать событие образовательными возможностями, когда дети на деле могут применить свои знания и умения в счёте, письме, измерении, рисовании, конструировании и других видах деятельности.

### *Свободная игра*

Предполагает свободную игровую деятельность детей, для которой созданы необходимые условия (время, место, материал) и взрослый проявляет невмешательство, за исключением помощи при взаимодействии детей и в целях развития детской игры.

Задачи инструктора:

- создавать условия для детских игр (время, место, материал);
- развивать детскую игру;
- помогать детям взаимодействовать в игре;
- не вмешиваться в детскую игру, давая детям проявить себя и свои способности.

## **2.4 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников**

Основанием для определения форм и методов взаимодействия с семьёй детей служат нормативные документы, закрепляющие основу взаимодействия:

- Закон РФ «Об образовании»;
- Устав ГБДОУ детского сада №12 Приморского района Санкт-Петербурга;
- Лицензия на образовательную деятельность;
- Договор с родителями (законными представителями).

Основная цель взаимодействия детского сада с семьями воспитанников – сохранение и укрепление здоровья детей, обеспечение их эмоционального благополучия, комплексное вестороннее развитие и создание оптимальных условий для развития личности каждого ребёнка, путём единства подходов к воспитанию детей в условиях ГБДОУ и семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в области воспитания.

Условия обеспечения эффективного взаимодействия с семьями воспитанников:

- взаимное информирование о ребёнке и разумное использование полученной информации педагогами и родителями в интересах детей;
- обеспечение открытости дошкольного образования: открытость и доступность информации, регулярность информирования, свободный доступ родителей в пространство детского сада;
- обеспечение максимального участия родителей в образовательном процессе (участие в мероприятиях, образовательном процессе, в решении организационных вопросов и т.д.);
- обеспечение педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- обеспечение единства подходов к воспитанию детей в условиях ГБДОУ и семьи.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ознакомление родителей с результатами работы ГБДОУ на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ГБДОУ;
- ознакомление родителей с содержанием работы ГБДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах; обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

## **2.5 Содержание деятельности по охране и укреплению здоровья воспитанников.**

Сохранение и укрепление здоровья детей – одно из основных направлений работы ГБДОУ. Только здоровый ребенок способен на гармоничное развитие, поэтому формирование привычки к здоровому образу жизни были и остаются первостепенной задачей детского сада.

ГБДОУ организует разностороннюю деятельность, направленную на сохранение здоровья детей, реализует комплекс воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий по разным возрастным ступеням.

Целью оздоровительной работы в ГБДОУ является создание устойчивой мотивации в потребности сохранения своего собственного здоровья и здоровья окружающих. Поэтому, очень важно правильно сконструировать содержание воспитательно-образовательного процесса по всем направлениям развития ребенка, отобрать современные программы, обеспечивающие приобщение к ценностям, и прежде всего – к ценностям здорового образа жизни.

В ГБДОУ используются здоровьесберегающие технологии по следующим направлениям:

1. технологии сохранения и стимулирования здоровья;
2. технологии обучения здоровому образу жизни;
3. коррекционные технологии.

Система физкультурно-оздоровительной работы ГБДОУ строится по принципу развивающей педагогики оздоровления, а основной задачей данной системы является формирование и реализация индивидуального оздоровительного маршрута для каждого воспитанника, основная составляющая которого следует из половых, возрастных и психофизиологических особенностей ребенка. Она включает все виды физкультурных занятий, оздоровительных мероприятий, на которых обязательно дозируется нагрузка. Помимо занятий, в течение дня в комплексе проводятся: утренняя гимнастика, прогулки, подвижные игры и т.д., где находят свое применение инновационные здоровьесберегающие технологии:

- технология сохранения и стимулирования здоровья (динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, гимнастика корригирующая, ортопедическая гимнастика);
- технология обучения здоровому образу жизни (игротренинги и игротерапия, коммуникативные игры, самомассаж, точечный массаж);
- коррекционные технологии (технология музыкального воздействия).

## **2.6 Часть, формируемая участниками образовательных отношений.**

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности.

Интеграция с ОО «Познавательное развитие» решается посредством формирования навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем, активизации мышления детей, усвоение нового материала, закрепление знаний об окружающем мире через подвижные игры и упражнения. Использовать ИКТ можно согласно теме занятия показ слайдов, видеоролика.

Интегрируя ОО «Речевое развитие» и «Физическое развитие» у детей, активизируется фантазия, развиваются творческие способности в процессе двигательной деятельности, создается эмоциональный настрой на развитие интереса и желания заниматься спортом, формируется правильное дыхание, развивается фонематический слух. Использование мультимедийных презентаций позволяют сделать физкультурные занятия эмоционально окрашенными, привлекательными, которые вызывают у ребенка живой интерес, являются прекрасным наглядным пособием и демонстрационным материалом, что способствует хорошей результативности занятия.

Интеграция с ОО «Социально-коммуникативное развитие» решается через взаимодействие и помощь друг другу во время эстафет, умение действовать в коллективе и оценивании результатов игр и соревнований, где формируются первичные представления о себе, собственных возможностях. В процессе занимательной двигательной активности происходит развитие свободного общения со взрослыми и детьми через проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности.

Интеграция ОО «Художественно-эстетическое развитие». С целью развития воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме используются художественные произведения (слушание отрывка сказки, песни, муз. сопровождения), музыкально-ритмическая деятельность. Музыка создает положительный эмоциональный фон для ОД, утренней гимнастики, помогает детям запомнить движения, выразительно передать их характер. В качестве музыкального оформления используются ИКТ-фонограммы музыкальных сказок, музыка или отрывки из мультфильмов.

В группе изготовлено нетрадиционное оборудование для проведения как ОД, так и самостоятельной двигательной деятельности детей. (Массажные дорожки, коврики с пуговицами, мешочки с разным наполнителем, ловишки, моталочки и т. д.).

Интегрированная организованная образовательная деятельность позволяет расширить познавательный материал, даёт возможность сочетать различные виды деятельности, направленные на обогащение знаний, умений и навыков детей, развитие их творческих способностей.

## **2.7 Содержание летней оздоровительной работы.**

Летняя оздоровительная работа проводится с детьми по нескольким направлениям: подготовительная работа, профилактическая работа, физкультурно-оздоровительная работа, планирования совместной деятельности с детьми. Летняя оздоровительная работа планируется ежегодно.

Оздоровительные мероприятия в летний период проводятся в соответствии с годовым планом СП ОДОД на 2021-2022 учебный год.

## **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

### **3.1 Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы**

Среди основных направлений по созданию психолого-педагогических условий реализации ООП с опорой на программу «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» педагогическое сообщество ГБДОУ выделяет:

- воспитание и обучение в режимных моментах;
- воспитание и обучение в процессе детской деятельности;



- организацию образовательной среды;
- организацию традиционных событий, праздников и мероприятий;
- взаимодействие детского сада с семьёй.

#### *Воспитание и обучение в режимных моментах*

Осуществляя режимные моменты, необходимо учитывать индивидуальные особенности детей. Приближенный к индивидуальным особенностям ребёнка режим детского сада способствует его комфорту, хорошему настроению и активности.

#### *Воспитание и обучение в процессе детской деятельности*

Воспитательно-образовательный процесс должен строиться с учётом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей. Воспитание и обучение сопровождают все виды деятельности детей с учётом сензитивных периодов развития – периодов в жизни ребёнка, создающих наиболее благоприятные условия для формирования у него определённых психических свойств и видов поведения. Особое место при реализации образовательного процесса занимает игра, являющаяся ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте и сопровождающая все виды детской деятельности.

#### *Организация образовательной среды*

Необходимым психолого-педагогическим условием реализации Программы является создание развивающей, эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно вызывать у ребёнка радость, а образовательные ситуации – стимулировать интерес и инициативу детей.

Важнейшими образовательными ориентирами для организации образовательной среды являются:

- обеспечение эмоционального благополучия детей;
- создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям;
- развитие детской самостоятельности (инициативности, автономности и ответственности);
- развитие детских способностей в различных видах деятельности.

#### *Организация традиционных событий, праздников и мероприятий*

Традиционно в детском саду проводится множество праздников и мероприятий. Важно, чтобы праздники и мероприятия проводились для детей и становились захватывающим и запоминающимся событием для каждого ребёнка. Для того чтобы достичь этого, необходимо выполнение следующих условий:

- разнообразие форматов;
- участие родителей;
- поддержка детской инициативы.

#### *Взаимодействие с семьёй*

Залогом эффективного взаимодействия с семьёй является изменение формата взаимодействия родителей и педагогов с «заказчик – исполнитель» на формат сотрудничества, партнёрства и взаимопомощи, когда родители являются полноправными участниками образовательного процесса.

### **3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды.**

В соответствии с ФГОС ДО развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, Группы и прилегающей территории для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать реализацию образовательной программы, с учётом возрастных особенностей детей, а также



национально-культурных и климато-географических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность.

*Условия организации развивающей предметно-пространственной среды:*

1) Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы. Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), 80 соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

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

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

2) Полифункциональность материалов предполагает:

- возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;

3) Вариативность среды предполагает:

- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

4) Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

СП ОДОД самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

Реализация ООП предполагает организацию пространства с достаточным количеством развивающих материалов.

### **3.3 Материально-техническое обеспечение рабочей программы**

В ГБДОУ занятия проводятся в спортивном зале.

**ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ**

Общая площадь (кв. м) - 109

Освещение естественное – 4 окна

Освещение искусственное лампы дневного света с защитой – 30 шт

Уровень освещенности норма

Наличие системы пожарной безопасности имеется

Наличие системы отопления имеется

Возможность проветривания помещения имеется

Поверхность пола (удобная для обработки) имеется

Функциональное использование:

- все формы работы инструктора физкультуры.

Развивающая предметно - пространственная среда – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (помещениями, участками и

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

В соответствии с ФГОС ДО и ГБДОУ развивающая предметно-пространственная среда создается инструктором по физической культуре для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть:

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

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства музыкально-физкультурного зала, физкультурных уголков в группах, материалов, оборудования и инвентаря для физического развития. Физкультурный зал соответствует государственным санитарно-эпидемиологическим требованиям, нормам и правилам пожарной безопасности.

Спортивный зал заполнен необходимым спортивным оборудованием, которое позволяет увлечь детей двигательной активностью.

В музыкально-спортивном зале ГБДОУ имеется оборудование:

- гимнастические стенки;
- приставные лестницы (с зацепом);
- гимнастические скамейки;
- тропа «здоровья»;
- ребристые дорожки;
- передвижные туннели;
- дуги разной величины;
- интерактивная доска.

Инвентарь:

- гимнастические палки;
- обручи различного диаметра;
- флажки, кубики, мешочки, веревочки, ленточки, погремушки;
- скакалки;
- мячи разного диаметра;
- музыкальный центр, колонки.

Все приобретаемое оборудование соответствует обязательным требованиям, установленным техническими регламентами и стандартами, изготовлено из безвредных

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

### 3.4 Планирование образовательной деятельности

В программе «От рождения до школы» выделено достаточное время для игр и занятий. Задача взрослого так организовать процесс, чтобы максимально обогатить детскую жизнь интересными и полезными специфически детскими видами деятельности (амплификация развития) и создать детям условия для самореализации и проявления инициативы (пространство детской реализации).

Особенностью Программы является то, что новая организация образовательного процесса позволяет существенно сместить акцент в сторону развития детской инициативы и самостоятельности. По форме участия взрослого все виды детской активности можно условно классифицировать следующим образом:

- взрослый организует;
- взрослый помогает;
- взрослый создает условия для самореализации;
- взрослый участвует в процессе наравне с детьми (событийная деятельность, образовательное событие);
- взрослый не вмешивается (свободная игра).

Одно из основных преимуществ современного издания программы «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» — это нацеленность на оптимальное сочетание всех перечисленных выше типов детской активности.

Планирование деятельности инструктора опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды. Планирование деятельности ГБДОУ направлено на совершенствование ее деятельности, а также учитываются результаты как внутренней, так и внешней оценки ГБДОУ.

### Объем занятий

Возраст	Ранний (2-3 года)	Младший (3-4 года)	Средний (4-5 лет)	Старший (5-6 лет)	Подготовительный (6-7 лет)
Длительность занятий	10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут

### Планирование образовательной деятельности

Непрерывная образовательная деятельность	Занятия по Программе				
	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физкультура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Физкультура на прогулке	-	-	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю
<b>Итого</b>	<b>2 занятия</b>	<b>2 занятия</b>	<b>2 занятия</b>	<b>2 занятия</b>	<b>2 занятия</b>

### **3.5 Организация режимов пребывания детей в образовательном учреждении**

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ГБДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, их состояния здоровья.

В летнее время распорядок дня следует изменять, с тем, чтобы дети больше времени проводили на свежем воздухе, имели возможность больше двигаться, получать необходимую им физическую нагрузку, чтобы летом они могли хорошо отдохнуть и оздоровиться. В частности, в теплое время года все занятия проводятся на улице.

### **3.6 Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

Взаимодействие со специалистами.

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя.

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

«Физическое развитие» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

«Социально-коммуникативное развитие» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

«Речевое развитие» — понимание на слух заданий, формирование звуковой аналитико-синтетической активности.

«Художественно-эстетическое развитие» — развитие музыкальных способностей: слуха, чувства ритма, музыкальной памяти

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя.

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создает у них хорошее настроение;
- помогает активировать умственную деятельность;
- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчета; привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника.

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

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

- Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;

- Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

Особенности взаимодействия с семьями воспитанников:

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников: консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

Задачи:

1. Пропагандировать основы ЗОЖ;
2. Просвещать родителей с целью повышения их педагогических знаний;
3. Вовлекать родителей в образовательный процесс.

Взаимодействие с родителями осуществляется в разных формах:

- праздники, развлечения (приобщение к ЗОЖ);
- консультации (в процессе общения я рассказываю об успехах ребенка, обсуждаем трудности, возникающие у ребенка, находим общие мнения и пути решения проблемы);

- родительские собрания (рассказываю о физкультурно-оздоровительной работе в детском саду);

- рекомендации через папки-передвижки, буклеты (например, предлагаю интересные упражнения и игры с детьми дома);

- открытые занятия транслирую умения и навыки детей);

- день открытых дверей (способствую развитию взаимоотношений родителей и детей);

- мастер-классы (делюсь опытом);

- фотовыставки (транслирую успехи детей).

Лучший способ приобщить ребенка к здоровому образу жизни - это показать на собственном примере, как нужно относиться к физкультуре и спорту. Если ребенок видит, что родители испытывают удовольствие от здорового активного досуга, они обязательно будут подражать.

Поэтому задача инструктора состоит в том, чтобы убедить родителей важности физического развития и приобщения ребенка к ЗОЖ, осуществлять систематическое, разностороннее педагогическое просвещение семьи, включая передачу теоретических знаний и оказание помощи в приобретении практических навыков, а также в распространении опыта семейного воспитания детей.

#### **4. Материально-техническое оснащение Программы**

1. Физкультурные праздники. Н.Лукина, Л.Чадова, Москва «АйрисПресс» 2006.
2. Здоровый малыш программа оздоровления детей в ДОУ. З.И.Береснева, М.: «Творческий центр», 2005.
3. Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
4. Подвижные игры для дошкольников. И.А. Агапова, М.А. Давыдова, М.: «АРКТИ», 2008г.
5. Подвижные игры: хрестоматия и рекомендации. Е.А. Тимофеева, Е.А. Сагадчаная, Н.Л. Кондратьева. М.: «Воспитание дошкольника», 2008г.
6. Движение день за днем. М.А. Рунова, М.: «Линка-пресс», 2007г.

7. Методическая разработка для слушателей. Физическое воспитание. Иметодикопедагогический контроль за физическим воспитанием. Л.И.Валеева, Иж.: 2009г.
8. Учебно-методическое пособие для слушателей. Закаливание детей в дошкольном учреждении. Л.В.Валеева, Иж.: 2009г.
9. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников. О.В.Козырева, М.: «Просвещение», 2007г.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа М.:Мозайка-Синтез, 2015. – 128 с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа- М.:Мозайка-Синтез, 2015. – 112 с.
12. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Система работы в старшей группе - М.:Мозайка-Синтез, 2012. – 128 с.
13. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.:Мозайка-Синтез, 2015. – 128 с.
14. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая Группа.



**Приложение №1. Циклограмма событий, праздников, мероприятий (с учетом программы воспитания)**

<b>Сроки</b>	<b>Основные направления и мероприятия воспитания в детском саду и в семье</b>
<b>ОКРУЖАЮЩИЙ МИР НА ОСНОВЕ ЗНАКОВ И СИМВОЛОВ КУЛЬТУРЫ, ПРИРОДЫ, СЕМЬИ, СОЦИУМА</b>	
Июль	<b>Досуг «День семьи, любви и верности» (8 июля).</b> <b>Цель-результат:</b> у детей появляется уважение и любовь к своей семье и близким родственникам.
<b>ОСНОВЫ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ</b>	
Февраль	<b>Мероприятие «Богатыри земли русской».</b> <b>Цель-результат:</b> у детей воспитывается чувство уважения к Российской армии, любви к Родине.
Март	<b>Посиделки «Масленица».</b> <b>Цель-результат:</b> Дети знакомятся с бытом, традициями, культурой русского народа.
Апрель	<b>Праздник «Всемирный день авиации и космонавтики».</b> <b>Цель-результат:</b> приобщение детей дошкольного возраста к событиям социальной направленности; знакомство детей с традициями профессии.
Май	<b>Информационно-исследовательский проект «Память» (посвящено 9 мая).</b> <b>Цель – результат:</b> приобщение к социокультурным нормам общества, государства через рассматривание репродукций картин, фотографий скульптур, чтение воспоминаний детей, посещение музея, проведение опыта: «Как услышать сердце».
Июнь	<b>Игра «Эпоха Петра I с головы до ног» (День рождения Петра I - 9 июня).</b> <b>Цель-результат:</b> познакомить детей с исторической личностью – Петром I подвести детей к выводу, что человек славен делами; учить различать плохое и хорошее в поступках людей, воспитывать стремление к добрым делам. Поддерживать интерес детей к

	истории своей Родины, используя «потешное войско», флот, корабельное дело.
<b>ОСНОВЫ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ</b>	
Сентябрь	<b>Мероприятие «Неделя окружающей среды».</b> <b>Цель-результат:</b> дети закрепили знания о природе как неиссякаемом источнике духовного обогащения людей; у детей пробудился живой интерес и любознательность к окружающему миру; развились положительные чувства по отношению к природе.
Май	<b>Акция «Зеленый детский сад».</b> <b>Цель-результат:</b> Приобщение детей к озеленению территории детского сада, бережное отношение к природе.
Июнь	<b>Развлечение «Путешествие в королевство Природы».</b> <b>Цель-результат:</b> дети закрепляют знания о природе, о бережном и заботливом отношении к природе.

<b>КОНКУРСНОЕ ДВИЖЕНИЕ</b>	
Ноябрь	Спортивные соревнования «Первые старты»
Январь	Спортивные эстафеты «Самые сильные и ловкие!»
Март	Спортивные эстафеты «Сильнее, быстрее, выше!»
Июнь	Спортивные соревнования «А ну-ка, девочки и мальчики!»
Участие в конкурсном движении на уровне района, города, России по плану социальных партнеров	

**Приложение №2. Форма календарного планирования**

**СЕНТЯБРЬ (группа раннего возраста)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p>					<p><b>Физическое:</b> дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> закреплять навыки организационного поведения на занятии.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в пространственных направлениях: вверх-вниз, впереди-позади, справа-слева.</p> <p><b>Речевое:</b> взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С кубиками	С погремушками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1. Ходьба по бревну приставным шагом 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1. Ходьба по рейке, положенной на пол 2. Подлезать под шнур. 3. Катание мяча друг другу	
<b>Подвижные игры</b>	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Поймай комара»	«Найди свой домик»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	

**ОКТАБРЬ (группа раннего возраста)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с.</p>					<p><b>Физическое:</b> дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> закреплять навыки организационного поведения на занятии.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в пространственных направлениях: сверху-внизу, впереди-позади, справа-слева.</p> <p><b>Речевое:</b> взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>		Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег враспынную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя			
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С флажками	С кубиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота	
<b>Подвижные игры</b>	«Поезд»,	«Солнышко и дождик»	«У медведя во бору»	«Воробушки и кот»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальчиковая гимн. «Молоток»	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладочки»	

### НОЯБРЬ (группа раннего возраста)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> формировать представление о физических упражнениях.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> приучать детей к вежливости (здороваться, благодарить за помощь, поддерживать друг друга).</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в разных предметных формах- работа с разными предметами.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег враспынную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С платочками		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2 . Прокатывание мяча через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом	1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на четвереньках. 3. Прыжки вокруг предметов	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики 3. Метание мяча в горизонтальную цель		
<b>Подвижные игры</b>	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Узнай по голосу»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»		

### ДЕКАБРЬ (группа раннего возраста)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>					<p><b>Физическое:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать диалогическую форму речи.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег враспынную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками	
<b>Основные виды движений</b>	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота	
<b>Подвижные игры</b>	Наседка и цыплята	«Поезд»	«Птички и птенчики»	«Мыши и кот»,	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	



### ЯНВАРЬ (группа раннего возраста)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p>					<p><b>Физическое:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать диалогическую форму речи.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске(20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см) 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянки. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке	
<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Трамвай»,	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

**ФЕВРАЛЬ (группа раннего возраста)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя		4-я неделя
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p>						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.		
<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»,	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнздышках»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упраж «Задует свечи»		

**Физическое:** продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.

**Социально-коммуникативное:** развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

**Познавательное:** развивать умение ориентироваться в зале.

**Речевое:** обучать умению слушать педагога и вести диалог.

**Художественно-эстетическое:** развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.

### МАРТ (группа раннего возраста)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С кубиками	С обручем	С флажками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимнастической стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч	
<b>Подвижные игры</b>	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	

### АПРЕЛЬ (группа раннего возраста)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p>					<p><b>Физическое:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег врассыпную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками	<p><b>Социально-коммуникативное:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу	1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	
<b>Подвижные игры</b>	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

### МАЙ (группа раннего возраста)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим</p>					<p><b>Физическое:</b> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, врассыпную; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, активность.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль	
<b>Подвижные игры</b>	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

**СЕНТЯБРЬ (младшая группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> закреплять навыки организационного поведения на занятии.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в пространственных направлениях: вверх-вниз, впереди-позади, справа-слева.</p> <p><b>Речевое:</b> взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на 2х ногах, может бросать мяч руками от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.</p>						
<b>Вводная часть</b>	Приучать детей ходить и бегать небольшими группами за инструктором, ходить и бегать всей группой в прямом направлении за инструктором. Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, на носках, пятках, в колонне по одному, с высоким подниманием колен					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С кубиками	С погремушками		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходить и бегать небольшими группами за инструктором. 2. Учить ходить между 2мя линиями, сохраняя равновесие.	1. Ходьба с высоким подниманием колен в прямом направлении за инструктором. 2. Подпрыгивать на 2х ногах на месте.	1. Ходьба по бревну приставным шагом 2. Учить энергично, отталкивать мяч 2мя руками.	1. Ходьба по рейке, положенной на пол 2. Подлезать под шнур. 3. Катание мяча друг другу		
<b>Подвижные игры</b>	«Бегите ко мне»	«Догони меня»	«Поймай комара»	«Найди свой домик»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мышки» Спокойная ходьба	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне по одному	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»		



### ОКТАБРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч 2мя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в д/с.</p>					<p><b>Физическое:</b> дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> закреплять навыки организационного поведения на занятии.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в пространственных направлениях: вверху-внизу, впереди-позади, справа-слева.</p> <p><b>Речевое:</b> взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, бег враспынную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С флажками	С кубиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по ребристой доске с перешагиванием 2. Ползание на четвереньках между предметами 3. Упражнять в подпрыгивании на 2х ногах на месте	1. Во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя; 2. Перепрыгивание через веревочки, приземляясь на полусогнутые ноги. 3. Упражнять в прокатывании мячей	1. Подлезать под шнур. 2. Упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной площади 3. Упражнять в прокатывании мячей.	1. Подлезание под шнур. 2. Ходьба по уменьшенной площади. 3. Катание мяча в ворота	
<b>Подвижные игры</b>	«Поезд»,	«Солнышко и дождик»	«У медведя во бору»	«Воробушки и кот»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Звуковое упр. «Кто как кричит?»	Пальчиковая гимн. «Молоток»	Упражнение на дыхание «Потушим свечи»	Самомассаж «Ладочки»	

### НОЯБРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
Этапы занятия					<p><b>Физическое:</b> формировать представление о физических упражнениях.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> приучать детей к вежливости (здороваться, благодарить за помощь, поддерживать друг друга).</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в разных предметных формах- работа с разными предметами.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на 2х ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>						
Вводная часть	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, в ходьбе колонной по одному; бег враспынную, в колонне, по кругу, с изменением направления, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя					
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С платочками		
Основные виды движений	1. Ходьба по уменьшенной площади; 2. Прыжки через веревочки, положенные в ряд 3. Ползание на четвереньках	1 Прыжки из обруча в обруч, приземляться на полусогнутые ноги. 2 . Прокатывание мяча через ворота 3. Ходьба по бревну приставным шагом	1 Ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его назад; 2. Ползать на четвереньках. 3. Прыжки вокруг предметов	1. Подлезать под дугу на четвереньках. 2. Ходьба по уменьшенной площади, с перешагиванием через кубики 3. Метание мяча в горизонтальную цель		
Подвижные игры	«Мыши в кладовой»	«Автомобили»	«По ровненькой дорожке»	«Кот и мыши»		
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	«Пальчиковая гимн. «Моя семья»	«Найди, где спрятано»	«Где спрятался мышонок»		

### ДЕКАБРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>					<p><b>Физическое:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, в рассыпную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать диалогическую форму речи.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в рассыпную, используя всю площадь зала, по кругу, с изменением направления; на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба и бег колонной по одному				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С кубиками	С погремушками	
<b>Основные виды движений</b>	1 Ходьба по доске, положенной на пол 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Прокатывание мяча друг другу	1. Перебрасывание мячей через веревочку вдаль 2. Подлезать под шнур. 3. Ходьба с перешагиванием через 3 набивных мячей	1. Ползание по туннелю 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по веревочке, положенной на пол, змейкой	1. Ползание под дугой на четвереньках 2. Прыжки через набивные мячи 3. Прокатывание мяча друг другу, через ворота	
<b>Подвижные игры</b>	Наседка и цыплята	«Поезд»	«Птички и птенчики»	«Мыши и кот»,	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Лошадки»	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

### ЯНВАРЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физ.упр., проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непосредственной совместной игре.</p>					<p><b>Физическое:</b> упражнять в ходьбе и беге по кругу, враспынную, в катании мяча, в подлезании под препятствие.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать диалогическую форму речи.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; парами, с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	С мячом	С кубиками	С погремушками	С платочками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по наклонной доске(20см). 2. Прыжки на двух ногах через предметы (5см) 3. Метание малого мяча в цель	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Прыжки в длину с места	1. Лазание по гимнастической лесенке-стремянки. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, 3. Прокатывать мяч друг другу	1. Метание мяча в вертикальную цель правой и левой рукой 2. Подлезать под шнур, не касаясь руками пола 3. Ходьба по доске по гимнастической скамейке	
<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Трамвай»,	«Птички и птенчики»	«Мыши в кладовой»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Найдем птичку»	«Каравай»	

**ФЕВРАЛЬ (младшая группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя		4-я неделя
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, владеет соответствующими возрасту основными движениями, стремится самостоятельно выполнять элементарные поручения, преодолевать небольшие трудности, умеет занимать себя игрой</p>						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С погремушками	С платочками	С кубиками		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по ребристой доске 2. Прыжки с продвижением вперед. 3. Прокатывание мяча между кеглями	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки – мягкое приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.		
<b>Подвижные игры</b>	«Кролики»	«Мой веселый, звонкий мяч»,	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнздышках»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	Дыхательные упражнения «Подуем на снежинку»	«Лошадки»	Дыхательные упраж «Задует свечи»		

**Физическое:** продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.

**Социально-коммуникативное:** развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

**Познавательное:** развивать умение ориентироваться в зале.

**Речевое:** обучать умению слушать педагога и вести диалог.

**Художественно-эстетическое:** развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.

### МАРТ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке произвольным способом, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину, может катать мяч, ударять мячом об пол и ловить; проявляет положительные в самостоятельной двигательной деятельности, имеет элементарные представления о ценности здоровья, умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С кубиками	С обручем	С флажками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по канату боком 3. Ползание в туннеле 4. Бросание мяча вверх, вниз, об пол и ловля его	1. Ходьба по гимнастической скамейке, приставным шагом 2. Прокатывание мяча друг другу. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	1. Ходьба по ограниченной поверхности 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Лазание по гимнастической стенке	1. Ходьба по канату приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Пролезание в обруч	
<b>Подвижные игры</b>	«У медведя во бору»	«Лохматый пес»	«Мыши в кладовой»	«Воробушки и автомобиль»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Дыхательные упражнения «Пчелки»	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	



### АПРЕЛЬ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может бросать мяч и ловить двумя руками, владеет соответствующими возрасту основными движениями, готов соблюдать элементарные правила в совместных играх, интересуется предметами ближайшего окружения, их назначением, свойствами, обращается к воспитателю по имени и отчеству</p>					<p><b>Физическое:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на носках, пятках, с выполнением заданий, ходьба колонной по одному; бег враспынную, по кругу, с изменением направления и темпа движения, останавливаться во время бега и ходьбы по сигналу воспитателя; учить работать вместе при игре с парашютом				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кубиками	С платочками	<p><b>Социально-коммуникативное:</b> помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прокатывание мяча друг другу; 3. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Спрыгивание со скамейки на мат приземление на полусогнутые ноги; 3. Ползание между предметами 4. Перебрасывание мяча друг другу	1. Ходьба по лестнице положенной на пол 2. Прокатывание мяча в ворота. 3. Пролезание в обруч 4. Прыжки с продвижением вперед	
<b>Подвижные игры</b>	«Солнышко и дождик»	«Поймай комара»	«Светофор и автомобили»	«У медведя во бору»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Кто ушел»	«Найди комарика»	«Парашют» Дует, дует ветерок	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

### МАЙ (младшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, врассыпную; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его; ползать на четвереньках по прямой, лазать по лесенке-стремянке, развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх, активность.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать активность детей в двигательной деятельности, организовывать игры со всеми детьми, развивать умение детей общаться спокойно, без крика.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> к уровню развития интегративных качеств ребенка (на основе интеграции образовательных областей): умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, дружелюбие по отношению к окружающим</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	На больших мячах	С мячами	С палками	С малым мячом	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание малого мяча. 4. Ходьба по лесенке, положенной на пол	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках 3. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (боком) руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прокатывание мяча в ворота	1 Прыжки из обруча в обруч. 2. Ходьба по наклонной доске 3. Ползание в туннеле 4. Метание мешочков вдаль	
<b>Подвижные игры</b>	«Светофор и автомобили»	«Мыши в кладовой»	«Поймай комара»	«У медведя во бору»	
<b>Малоподвижные игры</b>	Дыхательные упражнения «Надуем шарик»	«Угадай кто позвал»	«Релаксация» «В лесу»	Дыхательные упражнения «Пчелки»	

**СЕНТЯБРЬ (средняя группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет основными видами движений и выполняет команды «вперёд, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице</p>					<p><b>Физическое:</b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см).</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча).</p> <p>3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см).</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка</p>	<p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</p> <p>2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях.</p> <p>3. Повтор подпрыгивания.</p> <p>4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу</p>	<p>1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях.</p> <p>2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.</p> <p>4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах между кеглями</p>	<p>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.</p> <p>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Пойдём в гости»	

**ОКТАБРЬ (средняя группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров».</p>					<p><b>Физическое:</b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть.</li> <li>2. Прыжки на двух ногах до предмета.</li> <li>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</li> <li>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</li> <li>2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.</li> <li>3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.</li> <li>2. Подлезание под дуги.</li> <li>3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.</li> <li>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола.</li> <li>2. Прокатывание мяча по дорожке.</li> <li>3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.</li> <li>4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)</li> </ol>	
<b>Подвижные игры</b>	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«Совушка», «Огуречик»	«Мы – весёлые ребята», «Карусель»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	

### НОЯБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое:</b> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С кубиками	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки на двух ногах через шнуры.</p> <p>2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м)</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)</p>	<p>1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</p> <p>2. Прыжки через бруски (взмах рук).</p> <p>3. Ходьба по шнуру (по кругу).</p> <p>4. Прыжки через бруски.</p> <p>5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.</p> <p>2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Самолёты», «Быстрее к своему флажку»	«Цветные автомобили»	«Лиса в курятнике»	«У ребят порядок...»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Угадай по голосу»	«На параде»	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	«Альпинисты»	

**ДЕКАБРЬ (средняя группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>					<p><b>Физическое:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками, обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения.</p> <p><b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными в рассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С кубиками	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке, руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимнастич. скамейке (на середине сделать поворот кругом). 2. Перепрыг. через кубики на двух ногах. 3. Ходьба с перешагиван. через рейки лестницы высотой 25см от пола. 4. Перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу). 5. Спрыгивание с гимнастической скамейки	
<b>Подвижные игры</b>	«Трамвай», «Карусели»	«Поезд»	«Птичка в гнезде», «Птенчики»	«Котята и щенята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнением дых.упр.	«Тише, мыши...». Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дых.	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному	«Не боюсь»	



### ЯНВАРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре, учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b>	<p>владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>				
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	С мячом	С веревкой	С обручем	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно.</p> <p>3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу (руки вниз)</p>	<p>1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>2. Перешагивание через кубики.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см от пола).</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки вниз)</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Котята и щенята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Путешествие по реке». Ходьба «змейкой» по верёвке	«Где спрятано?», «Кто назвал?»	

### ФЕВРАЛЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> формировать навыки оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.</p> <p><b>Познавательное:</b> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, сверху-внизу.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
	<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет считаться с интересами товарищей и соблюдать правила подвижной или спортивной игры</p>				
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег в рассыпную с остановкой, перестроение в звенья				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С гантелями	Без предметов	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.).</p> <p>4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)</p>	<p>1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке</p>	<p>1. Ползание по наклонной доске на четвереньках.</p> <p>2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см).</p> <p>4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)</p>	<p>1. Ходьба и бег по наклонной доске.</p> <p>2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек».</p> <p>3. Игровое задание «Пробеги по мостику».</p> <p>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»	«Кролики в огороде»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с прыжком на счёт «три»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и промолчи»	

### МАРТ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках на месте; закреплять умение ползать, ловить мяч.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> формировать навык оценки поведения себя и сверстников во время проведения игр.</p> <p><b>Познавательное:</b> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, сверху-внизу.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места; умеет прокатывать мяч по заданию педагога: «далеко, близко, вперёд, назад», планировать последовательность действий и распределять роли в игре «Охотники и зайцы»</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, в рассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три				
<b>ОРУ</b>	С обручем	С малым мячом	С флажками	С лентами	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки в длину с места (фронтально).</p> <p>2. Перебрасывание мешочков через шнур.</p> <p>3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы (расстояние до шнура 2м) и ловля после отскока (парами).</p> <p>4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)</p>	<p>1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м).</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>3. Прокатывание мячей между предметами.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине</p>	<p>1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны.</p> <p>3. Перешагивание через шнуры (6–8), положенные в одну линию.</p> <p>4. Лазание по гимнастич. стенке с продвижен. вправо, спуск вниз.</p> <p>5. Ходьба по гимнастич. скамейке, перешагивая через кубики, руки на поясе.</p> <p>6. Прыжки на двух ногах через шнуры</p>	<p>1. Ходьба и бег по наклонной доске.</p> <p>2. Перешагивание через набивные мячи.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах через кубики</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Бездомный заяц»	«Подарки»	«Охотники и зайцы»	«Наседка и цыплята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Замри»	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»	

### АПРЕЛЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей		
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя		4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом»; владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методу К. Бутейко; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счёт и определённое количество раз</p>							
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их						
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С косичкой	Без предметов			
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочков в горизонтальную цель (3–4 раза) поточно. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз	1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прокатывание мяча вокруг кегли двумя руками	<p><b>Физическое:</b> продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения, учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр.</p> <p><b>Познавательное:</b> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, сверху-внизу.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики.</p>		
<b>Подвижные игры</b>	«Совушка»	«Воробышки и автомобиль»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»			
<b>Малоподвижные игры</b>	«Журавли летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений	«Стоп»	«Угадай по голосу»				«Весёлые лягушата». Танцевальные упражнения в сочетании с упражнениями ритмической гимнастики

### МАЙ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
<b>Этапы занятия</b>					<p><b><u>Физическое:</u></b> закреплять умение ходить, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног, в колонне по одному, по кругу, в рассыпную; бросать мяч вверх, вниз, об пол (землю), ловить его.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды, формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры.</p> <p><b><u>Познавательное:</u></b> развивать умение ориентироваться в зале.</p> <p><b><u>Речевое:</u></b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b><u>Художественно-эстетическое:</u></b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы разными способами правой и левой рукой; владеет навыком самостоятельного счёта (до 5) прыжков через скамейку; через скакалку; планирует действия команды в игре «Удочка», соблюдает правила игры и умеет договариваться с товарищами по команде</p>						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»					
<b>ОРУ</b>	С кубиками	С обручем	С гимнастической палкой	Без предметов		
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в шеренгах (2–3 м). 3. Метание правой и левой рукой на дальность	1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка»	1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 3. Игровое задание «Один – двое». 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока		
<b>Подвижные игры</b>	«Котят и щенята»	«Зайцы и волк»	«Подарки»	«У медведя во бору»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»		

### СЕНТЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений и игр; аккуратно одевается и раздевается, соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в подвижных играх «Мышонок» и «У кого мяч», выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимнастики; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, на носках, пятках, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей, бег до 1 мин перестроение в три звена				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами.</p> <p>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</p> <p>4. Бег в среднем темпе до 1 минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках</p>	<p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка</p> <p>3. Ползание на четвереньках по гимн. скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях.</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы</p>	<p>1. Подлезание в обруч в группировке, боком, прямо</p> <p>2. Перешагивание через бруки с мешочком на голове</p> <p>3. Ходьба с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между кеглями с мешочком между колен.</p> <p>5. Ходьба «Пингвин»</p>	<p>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.</p> <p>3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе.</p> <p>4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Мышонок»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»	«Ловишки с ленточками»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«У кого мяч».	«Гуси идут домой» Спокойная ходьба в колонне	Ходьба с выполнением заданий дых. упр.	«Подойди не слышно»	

**Физическое:** проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.

**Социально-коммуникативное:** Побуждать детей к самооценке и оценке действий.

**Познавательное:** формировать навыки ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.

**Речевое:** обучать умению слушать педагога и вести диалог.

**Художественно-эстетическое:** развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.



### ОКТАБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> проводить комплекс закаливающих процедур (воздушные ванны); формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдать порядок в своем шкафу.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> Побуждать детей к самооценке и оценке действий.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>					
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С малым мячом	С большим мячом	С султанчиками	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..</p> <p>2. Переползание через препятствие</p> <p>3 Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком</p>	<p>1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах ч/з шнуры, прямо, боком</p> <p>3 Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.</p> <p>4. Ходьба по скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше</p>	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).</p> <p>2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..</p> <p>3. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч</p>	<p>1.Ходьба по скамейке на носках в руках веревочка</p> <p>2..Прыжки через предметы, чередуя на двух ногах, на одной ноге, продвигаясь вперед</p> <p>3.Перебрасывание мяча друг другу, сидя по-турецки</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Удочка»	«Перелет птиц»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Эхо»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».	

### НОЯБРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Этапы занятия	Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнение упр.ритм.гимн.и п/и.</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				<p><b>Физическое:</b> формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега врассыпную.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Познавательное:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз).</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С обручем	С кубиками	Парами с палкой	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками 2. Ведение мяча с продвижением вперед 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Бег по наклонной доске	1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях 4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы	1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола 2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе 3. Прыжки с места на мат, прыжки на правой и левой ноге между предметами 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками 2. Спрыгивание со скамейки на мат. 3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя 4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом	
<b>Подвижные игры</b>	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Медведи и пчелы»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Угадай по голосу»	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки». (музыкальная)	

**ДЕКАБРЬ (старшая группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке, перестроения в шеренгу, колонну, бега враспынную.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр, обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p><b>Познавательное:</b> ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-вниз).</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, ходьба в полуприседе, широким шагом, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасывании ног назад. Дыхательные упражнения				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Прыжки со скамейки (20см) на мат 2. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке 3. Перешагивание через бруски, справа и слева от него 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей 4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)	1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом(вверх, вниз). 2. Метание мешочков вдаль. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	1. Ходьба по гимн. скамейке с перекатом мяча по талии 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание вдаль 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка)	
<b>Подвижные игры</b>	«Кто скорее до флажка»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»	«Эстафета с рюкзачком»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Сделай фигуру».	«Летает- не летает».	«Найди и промолчи»	«Подарки»	

### ЯНВАРЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<b>Физическое:</b> учить правильно
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега со сменой ведущего и в разных направлениях; знает понятие «дистанция» и умеет её соблюдать; владеет навыком самомассажа, умеет рассказать о пользе ходьбы по ребристой поверхности босиком; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>					<p>подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр, рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег между предметами на носках, пятках, в рассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; по кругу держась за шнур, с выполнением заданий, челночный бег				<b>Социально-коммуникативное:</b>
<b>ОРУ</b>	С мячом	С палкой	С обручем	С султанчиками под музыку	формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей, обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Ходьба по наклонной доске (40 см).</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ногах между кубиками.</p> <p>3. Попади в обруч (правой и левой)</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису</p> <p>3. Прыжки в длину с места</p> <p>4. Метание в цель</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени, по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.</p> <p>3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»</p> <p>4. Метание вдаль</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки</p> <p>2. Прыжки в длину с места.</p> <p>3. Метание мяча в вертикальную цель</p> <p>4. Пролезание в обруч правым и левым боком</p>	<p><b>Познавательное:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишка с мячом»	«Мышеловка»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Найди и промолчи»	

### ФЕВРАЛЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр, рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей, обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.</p> <p><b>Речевое:</b> обучать умению слушать педагога и вести диалог.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке раскладывая и собирая мелкие кубики 2. Прыжки через скакалку (неподвижную). 3. Прокатывание мяча между кеглями 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на середине. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3м)	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его двумя руками. 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке	
<b>Подвижные игры</b>	«Пустое место»	«Охотники и зайцы»	«Лиса в курятнике»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Зима»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим с флажком в руках	«Найди и промолчи»,	«Стоп»	

### МАРТ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр, рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> закреплять навыки организационного поведения на занятии.</p> <p><b>Познавательное:</b> развивать умение ориентироваться в пространственных направлениях: вверху-внизу, впереди-позади, справа-слева.</p> <p><b>Речевое:</b> взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>						
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове 2. Перебрасывание мячей двумя руками с отскоком от пола(расстояние 1,5м). 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Ползание по-пластунски в сочетании с перебежками	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Пролезание в обручи 4. Прыжок в высоту с разбега	1. Ходьба по ограниченной поверхности боком, с хлопками перед собой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна. 5. Подлезание под дугу	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом 2. Метание в горизонтальную цель 3. Прыжки со скамейки на мат 4. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом		
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Хитрая лиса»	«Караси и щука»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Затейники»		



### АПРЕЛЬ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр, рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).</p> <p><b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.</p> <p><b>Речевое:</b> взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры						
<b>Вводная часть</b>	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево					
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку		
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на кругом и передачей мяча перед собой на каждый шаг 2. Прыжки из обруча в обруч. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по ограниченной опоре с перебрасыванием малого мяча перед собой 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки через скакалку 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Ползание по туннелю. 5. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку		
<b>Подвижные игры</b>	«Медведи и пчелы»	«Удочка»	«Горелки»	«Ловишка с ленточками»		
<b>Малоподвижные игры</b>	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»		

### МАЙ (старшая группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр, рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие).</p> <p><b>Познавательное:</b> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз.</p> <p><b>Речевое:</b> взаимодействовать и налаживать контакты друг с другом.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»	

**СЕНТЯБРЬ (подготовительная группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
Этапы занятия					<p><b>Физическое:</b> развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать у детей первоначальные измерительные умения, учить измерять длину, ширину, высоту.</p> <p><b>Речевое:</b> продолжать формировать умение отстаивать свою точку зрения.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> ходьба и бег в колонне по 1му с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2х ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу.: 2мя руками снизу, из-за головы 3м.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их</p>						
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.					
ОРУ	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С палками	С обручем		
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).</p> <p>2. Прыжки с места на мат( через набивные мячи)</p> <p>3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, ( из-за головы)</p> <p>4. Ползание на животе по гимнастической скамейке</p>	<p>1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета.</p> <p>2. Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель</p> <p>3Пролезаниев обруч разноименными способами, пол шнур</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа</p> <p>2. Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки</p> <p>4. Прыжки через скакалку с вращением перед собой.</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками</p> <p>2.Ходьба по наклонной доске и спуск по гимн стенке</p> <p>3.Прыжки с места вдаль</p> <p>4. Перебрасывание мяча из одной руки в другую</p> <p>5. Упражнение «крокодил»</p>		
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»		
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упр.	«Подойди не слышно»		

**ОКТАБРЬ (подготовительная группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Этапы занятия					<p><b>Физическое:</b> развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим.</p> <p><b>Познавательное:</b> формировать у детей первоначальные измерительные умения, учить измерять длину, ширину, высоту.</p> <p><b>Речевое:</b> продолжать формировать умение отстаивать свою точку зрения.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений ритмической гимнастики под музыку.</p>					
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С веревочкой	С султанчиками(под музыку)	
Основные виды движений	<p>1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги..</p> <p>2. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней</p> <p>3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>4. Ползание на четвереньках, подлезание под дугу прямо и боком</p>	<p>1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с мешочком зажатом между ног</p> <p>3. Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы.</p> <p>4. Лазание по гимн стенке.</p>	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, боком).</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком..</p> <p>3. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>4. Ходьба по скамейке, на середине порот, перешагивание через мяч</p>	<p>1. Ходьба по узкой скамейке</p> <p>2. Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу на ходу</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису</p>	
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	«Гуси-гуси»	«Мы – весёлые ребята»,	
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров», Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».	

### НОЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.</p>					<p><b>Физическое:</b> продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим.</p> <p><b>Познавательное:</b> познакомить с планом, схемой, маршрутом, картой.</p> <p><b>Речевое:</b> приучать проявлять инициативу с целью получения новых знаний.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал				
<b>ОРУ</b>	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой	
<b>Основные виды движений</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки через скамейку</li> <li>2. Ведение мяча с продвижением вперед</li> <li>3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч</li> <li>4. Бег по наклонной доске</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета»</li> <li>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя</li> <li>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, предплечьях и коленях</li> <li>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе мешочек на голове</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола</li> <li>2. Ходьба с мешочком на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе</li> <li>3. Прыжки с места на мат,</li> <li>4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимн. скамейке, бросая мяч справа и слева от себя и ловля двумя руками</li> <li>2. Спрыгивание со скамейки на мат.</li> <li>3. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя</li> <li>4. Лазание по гимн. стенке разноименным способом</li> </ol>	
<b>Подвижные игры</b>	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до флажка докатит обруч»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки»	

### ДЕКАБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b>Физическое:</b> продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим.</p> <p><b>Познавательное:</b> познакомить с планом, схемой, маршрутом, картой.</p> <p><b>Речевое:</b> приучать проявлять инициативу с целью получения новых знаний.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре; соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям</p>					
<b>Вводная часть</b>	<p>Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения</p>				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	<p>1. Прыжки из глубокого приседа</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием</p> <p>3. Метание набивного мяча вдаль</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед</p>	<p>1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей</p> <p>4. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет</p> <p>5. Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз).</p> <p>2. Метание мешочков вдаль правой и левой рукой.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол</p> <p>2. Прыжки с разбега на мат</p> <p>3. Метание в цель</p> <p>4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине</p>	
<b>Подвижные игры</b>	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	«Пожарные на ученьях»	«Два мороза»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди и промолчи»	«Подарки»	



### ЯНВАРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруча, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в муз. играх</p>					<p><b><u>Физическое:</u></b> совершенствовать технику основной движений, добываясь естественности, легкости, точности, выразительности движений. <b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим. <b><u>Познавательное:</u></b> совершенствовать навыки порядкового счета. <b><u>Речевое:</u></b> приучать к самостоятельности суждений. <b><u>Художественно-эстетическое:</u></b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег				
<b>ОРУ</b>	С палкой	С мячом	С гириями	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по наклонной доске(40см).</li> <li>2. Прыжки в длину с места</li> <li>3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой)</li> <li>4. Ходьба по гимнастической скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове.</li> <li>2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису</li> <li>3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине)</li> <li>4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола.</li> <li>2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком</li> <li>3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»</li> <li>4. Перебрасывание мяча снизу другу</li> <li>5. Кружение парами</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки</li> <li>2. Прыжки в длину с места.</li> <li>3. Метание мяча в вертикальную цель</li> <li>4. Пролезание в обруч правым и левым боком</li> </ol>	
<b>Подвижные игры</b>	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Ножки отдыхают», массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима». Танцевальные движения	«Затейники»	«Две ладошки» музыкальная	

**ФЕВРАЛЬ (подготовительная группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<b>Этапы занятия</b>					<p><b><u>Физическое:</u></b> совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности движений.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим.</p> <p><b><u>Познавательное:</u></b> совершенствовать навыки порядкового счета.</p> <p><b><u>Речевое:</u></b> приучать к самостоятельности суждений.</p> <p><b><u>Художественно-эстетическое:</u></b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b>	знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.				
<b>Вводная часть</b>	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком(правое-левое плечо вперед) , перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание по пластунски до обозначенного места	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Лазание по гимнастической стенке с использованием перекрестного движения рук и ног 4. Прыжки в высоту	1. Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке 2. Прыжки через бруски правым боком 3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо 4 Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней 5. Перебрасывание набивных мячей	1. Ходьба по гимнастич скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении 3. Прыжки через скамейку 4. Лазание по гимнастической стенке	
<b>Подвижные игры</b>	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом «Хоп»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»	

**МАРТ (подготовительная группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b><u>Физическое:</u></b> совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности движений.</p> <p><b><u>Социально-коммуникативное:</u></b> воспитывать организованность, дисциплинированность, коллективизм, уважение к старшим.</p> <p><b><u>Познавательное:</u></b> совершенствовать навыки порядкового счета.</p> <p><b><u>Речевое:</u></b> приучать к самостоятельности суждений.</p> <p><b><u>Художественно-эстетическое:</u></b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч разными способами	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьему 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2. Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	
<b>Подвижные игры</b>	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук	

**АПРЕЛЬ (подготовительная группа)**

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя		
Этапы занятия					<p><b>Физическое:</b> формировать представления об активном отдыхе.</p> <p><b>Социально-коммуникативное:</b> развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, выполнять установленные нормы поведения.</p> <p><b>Познавательное:</b> дать представления о весе предметов и способах его измерения, сравнивать путем взвешивания на ладонях (тяжелее-легче).</p> <p><b>Речевое:</b> помогать осваивать формы речевого этикета.</p> <p><b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>						
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево					
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками		
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной</p> <p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура</p> <p>3. Переброска мячей в шеренгах</p> <p>4. Вис на гимнастической стенке</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове</p> <p>2. Пролезание обруч боком</p> <p>3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями</p> <p>4. Прыжки через короткую скакалку</p>	<p>1. Ходьба по скамейке спиной вперед</p> <p>2. Прыжки в длину с разбега</p> <p>3. Метание вдаль набивного мяча</p> <p>4. Прокатывание обручей друг другу</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы</p> <p>2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками.</p> <p>3. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет</p> <p>4. Прыжки через длинную скакалку</p>		
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»		
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»		

### МАЙ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
<p><b>Планируемые результаты развития интегративных качеств:</b> знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры</p>					<p><b>Физическое:</b> формировать представления об активном отдыхе.  <b>Социально-коммуникативное:</b> развивать волевые качества: умение ограничивать свои желания, выполнять установленные нормы поведения.  <b>Познавательное:</b> дать представления о весе предметов и способах его измерения, сравнивать путем взвешивания на ладонях (тяжелее-легче).  <b>Речевое:</b> помогать осваивать формы речевого этикета.  <b>Художественно-эстетическое:</b> развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти.</p>
<b>Вводная часть</b>	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				
<b>ОРУ</b>	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
<b>Основные виды движений</b>	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски. 4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	
<b>Подвижные игры</b>	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
<b>Малоподвижные игры</b>	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»	

### Приложение №3. Система физкультурно-оздоровительной работы

	Блоки физкультурно-оздоровительной работы	Содержание физкультурно-оздоровительной работы	Возрастные группы Периодичность	Ответственные
1	Общие требования	1. Создания экологически благоприятных условий в помещении для игр и занятий: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдение санитарных и гигиенических требований.</li> <li>• Сквозное проветривание помещений (3 раза в день в отсутствие детей)</li> <li>• Специальный подбор комнатных растений, поглощающих вредные химические вещества, выделяющих фитонциды и увлажняющих воздух.</li> <li>• Поддерживание температуры воздуха в пределах 20 – 22 градусов.</li> </ul> 2. Высокая культура гигиенического обслуживания детей (туалет, кормление, сон, одевание на прогулку). 3. Обеспечение психологического комфорта на протяжении всего времени пребывания в детском саду. 4. Индивидуальный и дифференцированный подход в режимных процессах и их воспитательная направленность с учетом здоровья и развития ребенка. 5. Оптимальный двигательный режим	Все возрастные группы  в течение года	медсестра, старший воспитатель, воспитатели
2	Создание условий для двигательной активности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Гибкий режим;</li> <li>- занятия по подгруппам;</li> <li>- оснащение (спортивным инвентарем, оборудованием, наличие спортзала, спортивных уголков в группах);</li> <li>- индивидуальный режим пробуждения после дневного сна</li> </ul>	Все возрастные группы; в течение года	заведующий, старший воспитатель, воспитатели
3	Организация рационального питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- С – витаминизация третьего блюда</li> <li>- соблюдение питьевого режима</li> <li>- выполнение натуральных норм 10-ти дневного меню</li> <li>- контроль детей-аллергиков</li> </ul>	Все возрастные группы	медсестра, завхоз, пом. воспитателей



4	Система двигательной активности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика (общеразвивающие упражнения; упражнения для укрепления мышц спины (профилактика нарушений осанки); упражнения для укрепления стопы, голени (профилактика плоскостопия, плоско-вальгусной стопы);</li> <li>- гимнастика после дневного сна;</li> <li>- дыхательная гимнастика;</li> <li>- упражнения для укрепления мышц глаз (профилактика близорукости);</li> <li>- пальчиковая гимнастика;</li> <li>- физкультминутки на занятиях;</li> <li>- самостоятельная двигательная деятельность с разными физкультурными пособиями;</li> <li>- прием детей на улице в теплое время года;</li> <li>- физкультурные занятия;</li> <li>- физкультура на улице, начиная со старшей группы;</li> <li>- двигательная активность на прогулке;</li> <li>- подвижные игры, физические упражнения на улице;</li> <li>- спортивные праздники физкультурные досуги, забавы, игры;</li> <li>- день здоровья;</li> <li>- оздоровительный бег в конце прогулки, начиная со средней группы;</li> </ul>	<p>Все возрастные группы</p> <p>Ежедневно</p> <p>по расписанию занятий</p> <p>по плану мероприятий с апреля по ноябрь</p>	<p>медсестра, старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физ.культуре, музыкальный руководитель</p>
5	Охрана психического здоровья	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы, минутки настроения</li> <li>- утренний и вечерний круг;</li> <li>-создание психологически комфортного климата;</li> <li>-лично-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми;</li> <li>- медико – педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период;</li> <li>- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы.</li> </ul>	<p>Ежедневно</p> <p>постоянно</p>	<p>воспитатели, инструктор по физ.культуре, музыкальный руководитель</p>

6	Система закаливания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воздушные ванны (подбор оптимальной слойности одежды при различных температурах в группе и на улице)</li> <li>- утренняя и гимнастика;</li> <li>- бодрящая гимнастика после дневного сна;</li> <li>- сон с доступом воздуха (+19 °С ... +17 °С);</li> <li>- контрастные воздушные ванны (перебежки);</li> <li>- дыхательная гимнастика;</li> <li>- обливание рук до локтя прохладной водой (22°С) дошкольные группы;</li> <li>- ходьба босиком по ребристым дорожкам и резиновым коврикам (после сна).</li> <li>- Контрастные воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями (по 5 – 10 минут).</li> <li>- прогулки на воздухе, ежедневно (до 3 – 4 часов);</li> <li>- утренний прием на свежем воздухе в теплое время года;</li> <li>- солнечные ванны (в летнее время);</li> </ul>	<p>Все возрастные группы</p> <p>Ежедневно</p>	медсестра, старший воспитатель, воспитатели
7	Лечебно-профилактические и оздоровительные мероприятия:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- закаливающие процедуры;</li> <li>- вакцинопрофилактика;</li> <li>- профилактика гриппа и ОРВИ;</li> </ul>	Все возрастные группы; по плану; с сентября по апрель	медсестра, старший воспитатель, воспитатели
8	Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- диагностика уровня физического развития;</li> <li>- диспансеризация детей детской поликлиникой;</li> <li>- диагностика физической подготовленности;</li> <li>- диагностика развития ребенка;</li> <li>- составление паспорта здоровья группы</li> <li>- листы здоровья</li> </ul>	Все возрастные группы; по плану; 2 раза в год;	врач, медсестра, старший воспитатель, воспитатели

9	Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- словесно-наглядные, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни;</li> <li>- моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности</li> </ul>	Все возрастные группы;  по плану	воспитатели
10	Просветительская работа (повышение компетентности педагогов и родителей по формированию у воспитанников представлений о роли здоровья в жизни человека, потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни и владеть средствами сохранения и укрепления своего здоровья)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-проведение инструктажей и консультаций для сотрудников;</li> <li>-педагогические советы, посвященные вопросам оздоровления;</li> <li>- консультации для родителей «Если хочешь быть здоров, закаляйся»;</li> <li>- беседы с воспитанниками о здоровье и здоровом образе жизни;</li> <li>- организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации;</li> <li>- выставки о здоровье;</li> <li>- выпуск памяток и буклетов о здоровье;</li> <li>- привлечение родителей к физкультурно-оздоровительным мероприятиям ДОУ;</li> <li>- родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья;</li> <li>- уголки здоровья в каждой группе;</li> <li>- консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.</li> </ul>	Все возрастные группы;  по плану	.медсестра, старший воспитатель, воспитатели

### Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)				
		в зависимости от возраста детей				
		Группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
Физкультура	в помещении	2 раза в неделю 10 мин	2 раза в неделю 15 мин	2 раза в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
	на улице	-	-	-	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
	бассейн	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	подвижные и спортивные упражнения на прогулке	ежедневно, на каждой прогулке 10 мин	ежедневно, на каждой прогулке 15 мин	ежедневно, на каждой прогулке 20 мин	ежедневно, на каждой прогулке 25 мин	ежедневно, на каждой прогулке 30 мин
	закаливающие процедуры и гимнастика после сна	ежедневно 15-20 мин	ежедневно 15-20 мин	ежедневно 15-20 мин	ежедневно 15-20 мин	ежедневно 15-20 мин

	утренняя гимнастика	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин	ежедневно 10 мин
	физкультминутки во время занятий	3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный досуг	физкультурный досуг	1 раз в месяц 10 мин	1 раз в месяц 15 мин	1 раз в месяц 20 мин	1 раз в месяц 25 мин	1 раз в месяц 30 мин
	физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 45 минут	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут
	день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельная физическая активность в помещении	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельные подвижные игры и спортивные игры на прогулке	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

#### Приложение №4. Досуг

План проведения физкультурного досуга и праздников на учебный год для всех возрастных групп		
Месяц	Название досуга, цели и задачи	группы
Сентябрь	«На лесной полянке» <b>Цель:</b> создать радостное настроение у детей, дать детям представление о разнообразии природы, закрепить знание детей о временах года, совершенствовать двигательные навыки.	Группа раннего возраста Младшая группа
	«На лесной лужайке» <b>Цели:</b> совершенствовать двигательную активность детей, координацию движений и глазомер.	Средняя группа
	«В гости к Лесовичку» <b>Цель:</b> сформировать культуру ЗОЖ; организовать деятельность детей на празднике, доставить им радость и хорошее настроение; способствовать эмоциональной отзывчивости, увлеченности; развивать двигательную активность детей.	Старшая группа Подготовительная группа
Октябрь	«Осенняя пора» <b>Цель:</b> развитие эмоциональной сферы, закрепление знаний по теме " Осень".	Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа
	«Все на стадион» <b>Цель:</b> создать у детей радостное, веселое настроение, совершенствовать двигательные навыки, закрепить дружеские отношения между детьми.	Старшая группа Подготовительная группа
Ноябрь	«Теремок» <b>Цель:</b> Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в спортивном развлечении.	Группа раннего возраста Младшая группа
	«Теремок» <b>Цель:</b> Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в спортивном развлечении.	Средняя группа
	«Веселые старты» <b>Цель:</b> Укрепление здоровья детей через физические упражнения и подвижные игры.	Старшая группа Подготовительная группа
	«Если с другом вышел в путь»	Группа раннего возраста



Декабрь	<p><b>Цель:</b> создание благоприятного эмоционального состояния у детей посредством музыкальной и двигательной деятельности</p>	<p>Младшая группа Средняя группа</p>
	<p>«Мы здоровье сэкономим» <b>Цель:</b> Формировать у детей навыки безопасного поведения на улице в зимний период.</p>	<p>Старшая группа Подготовительная группа</p>
Январь	<p>«Зимняя олимпиада» <b>Цель:</b> формирование положительного настроения от занятия физической культурой.</p>	<p>Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа</p>
	<p>«Зимняя олимпиада» <b>Цель:</b> Повышать интерес к здоровому образу жизни, физкультуре. Приобщать к традициям большого спорта.</p>	<p>Старшая группа Подготовительная группа</p>
Февраль	<p>"Морячок" <b>Цель:</b> формирование у детей первых представлений об Армии, о защитниках Отечества.</p>	<p>Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа</p>
	<p>"Рота подъем" <b>Цель:</b> формирование у детей первых представлений об Армии, о защитниках Отечества.</p>	<p>Старшая группа Подготовительная группа</p>
Март	<p>«Проводы Зимы» <b>Цель:</b> продолжать знакомить детей с русским народным праздником. Развивать интерес к изучению истории России, русского народного творчества. Показать детям неразрывную связь между различными видами народного искусства: народными промыслами и ремёслами, народной музыкой, устным народным творчеством.</p>	<p>Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа</p>
Апрель	<p>«День мяча» <b>Цель:</b> Совершенствовать двигательные умения и навыки, развивать физические качества: силу, ловкость, ориентировку в пространстве, координацию движений, быстроту в играх с мячами и шарами. Воспитывать чувство взаимопомощи, внимания друг к другу, способствовать развитию дружелюбия. Создать хорошее настроение, вызвать чувства радости.</p>	<p>Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа</p>
	<p>«Путешествие в страну Игранию» <b>Цель:</b> воспитывать дружеские отношения между детьми в процессе игры. Дать каждому ребёнку возможность ощутить свою принадлежность к группе сверстников. Учить детей ощущать тепло и</p>	<p>Старшая группа Подготовительная группа</p>

	близость окружающих, действовать согласованно. Развивать у детей, чувство единства, сплоченности. Развивать произвольность, внимание, память. Формировать позитивное отношение к сверстникам, повышать уверенность в собственных силах. Развитие интереса у детей к использованию в самостоятельной двигательной деятельности предложенных вариантов подвижных игр, эстафет и забав	
Май	«Вечная память-9 мая» <b>Цель:</b> Закреплять двигательные умения: бег по прямой, «змейкой», прыжки поочередно, пролезание в туннель, прыжки через стойки, перетягивание каната. Поднять эмоциональный настрой у детей. Воспитывать умения договаривать друг с другом, действовать сообща. Воспитывать уважение к празднику 9 мая.	Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа
Июнь	Мама, папа, я - спортивная семья» <b>Цель:</b> привлекать родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада; развивать интерес к спортивно – массовым мероприятиям, приобщать семью к здоровому образу жизни; формировать у детей любовь и уважение к родителям.	Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа
	«Мама, папа, я – спортивная семья» <b>Цель:</b> привлекать родителей к активному участию в спортивной жизни детского сада; развивать интерес к спортивно – массовым мероприятиям, приобщать семью к здоровому образу жизни; формировать у детей любовь и уважение к родителям.	Старшая группа Подготовительная группа
Июль	«Веселые туристы» <b>Цель:</b> формирование положительного настроения от занятия физической культурой.	Группа раннего возраста Младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа

### Приложение №5. Оздоровительные мероприятия в летний период

Формы работы	Содержание	Условия организации			Ответственный
		Место	Время	Продолжительность мин	
<p><b>Утренняя гимнастика</b> Цель проведения— Повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия</p>	<p><b>Традиционная гимнастика</b> (включает простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• с предметами и без предметов;</li> <li>• на формирование правильной осанки;</li> <li>• на формирование свода стопы;</li> <li>• имитационного характера;</li> <li>• с использованием крупных модулей.</li> </ul>	На воздухе (в дождливую погоду в зале)	Ежедневно перед завтраком	Для всех возрастных групп - 10 мин	Инструктор по физкультуре Воспитатели
<p><b>Физическая культура</b> Это основная форма организованного, систематического обучения детей физическим упражнениями. Организация деятельности должна исключать возможность перегрузки детей, не допускать их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур организма, в частности костно-мышечной и сердечно-сосудистой как наиболее нагружаемых при физических упражнениях</p>	<p>Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования и пр. Виды занятий (традиционное, тренировочное, сюжетное (игровое), контрольное, занятие ритмической гимнастикой). Используются организованные формы занятий с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения</p>	На воздухе, на площадке (в дождливую погоду в зале)	2 раза в неделю - дошкольный возраст	Ранний – 10 мин Младший - 15 мин Средний - 20 мин Старший – 25 мин Подготовительный- 30 мин	Инструктор по физической культуре Воспитатели

<p><b>Подвижные игры</b>  Рекомендуются игры средней и малой подвижности.  Выбор игры зависит от педагогических задач, подготовленности индивидуальных особенностей детей</p>	<p>Виды игр:  -сюжетные (использование при объяснении сказки или сюжетного рассказа);  -несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые, углубленно разучиваемые, на этапах закрепления и совершенствования);  -народные;  -с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол)</p>	<p>На воздухе, на игровой площадке</p>	<p>Ежедневно</p>	<p>Для всех возрастных групп - 10-20</p>	<p>Инструктор по физкультуре  Воспитатели</p>
<p><b>Праздники, досуг, развлечения</b></p>	<p>Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями</p>	<p>На воздухе, на групповой и спортивной площадке</p>	<p>Физ.досуг - 1 раз в месяц,  развлечения -1 раз в месяц</p>	<p>Младший - 15 мин  Средний - 20 мин  Старший – 25 мин  Подготовительный- 30 мин</p>	<p>Музыкальный руководитель  Инструктор по физкультуре  Воспитатели</p>