

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 95
Компенсирующего вида Калининского района Санкт – Петербурга
195297, г. Санкт – Петербург, ул.Тимуровская д.12 к.2 литера А
тел\факс: 558-99-22; 558-79-77

Принято
На педагогическом совете
ГБДОУ д/с № 95
Протокол №1
от 30.08.2016 г.



«Утверждаю»
Заведующий ГБДОУ д/с № 95
Давтян Е. Ю

Приказ №Т-30/11 от 30.08.2016г.

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
ГБДОУ д/с №95 Калининского района Санкт-Петербурга
на 2016-2017 учебный год**

Составитель: инструктор по физической культуре
Корнева Татьяна Валерьевна

Санкт-Петербург
2016 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка
 - 1.1. Общие положения
 - 1.2. Цели и задачи реализации программы
 - 1.3. Принципы и подходы к формированию программы
 - 1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики
 - 1.4.1. Краткая информация об учреждении и возрастных группах ДОО
 - 1.4.2. Возрастные особенности психофизического развития детей
2. Характеристика особенностей физического развития детей с ОВЗ
 - 2.1. Характеристика особенностей развития и индивидуальных возможностей детей с нарушениями зрения
 - 2.2. Особенности осуществления образовательного процесса
3. Планируемые результаты освоения программы

II. Содержательный раздел

1. Проектирование воспитательно-образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников
 - 1.1. Содержание психолого-педагогической работы
 - 1.2. Реализация компонента ДООУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ
 - 1.3. Перечень программ и технологий
 - 1.4. Перспективное планирование
2. Особенности проведения коррекционно-образовательного процесса по физическому развитию детей с нарушениями зрения
3. Взаимодействие с родителями воспитанников.

III. Организационный раздел

1. Материально-техническое обеспечение
2. Организация образовательной деятельности по физическому развитию
3. Система профилактической и коррекционной работы по оздоровлению дошкольников
 - 3.1. Организация режима двигательной активности
4. Развивающая предметно-пространственная среда
 - 4.1. Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала.
5. Психолого-педагогические условия

I Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Обязательная часть Программы с учетом коррекционной работы

1.1 Общие положения

Рабочая программа инструктора физической культуры разработана в соответствии с Законом РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ), Федеральным государственным стандартом дошкольного образования, образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (слабовидящих, детей с амблиопией, косоглазием), разработанной на основе и утвержденной образовательной организацией. Рабочая программа является нормативно-управленческим документом, определяющим комплекс основных характеристик дошкольного образования:

- объем
- содержание образования
- планируемые результаты (целевые ориентиры дошкольного образования)
- особенности организации образовательного процесса

1.2 Цели и задачи реализации Программы

Цель Программы: создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Задачи:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствования умений и навыков в основных видах движений. Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности, развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх, физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту;
- совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно - пространственной координации;
- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Эти задачи реализуются в процессе следующих видов детской деятельности: игровой, (подвижные игры), коммуникативной (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), и двигательной (овладение основными движениями).

Решение обозначенных в Программе целей и задач воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке педагогом различных форм детской активности и инициативы, начиная с первых дней пребывания ребенка в дошкольном

образовательном учреждении. От педагогического мастерства каждого воспитателя, его культуры, любви к детям зависят уровень общего развития, которого достигнет ребенок, степень прочности приобретенных им нравственных качеств. Заботясь о здоровье и всестороннем воспитании детей, педагоги дошкольных образовательных учреждений совместно с семьей должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребенка.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В.В. Давыдов, В.А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства.

Программа построена на позициях личностно-развивающего и гуманистического характера взаимоотношений взрослых и детей, направлена на психолого-педагогическую поддержку позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования). В Программе отсутствуют жесткая регламентация знаний детей и предметный центризм в обучении.

При разработке Программы учитывались лучшие традиции отечественного дошкольного образования, его фундаментальность: комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, амплификацию (обогащение) развития на основе организации разнообразных видов детской творческой деятельности. Особая роль в Программе уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.). Авторы Программы основывались на важнейшем дидактическом принципе – развивающем обучении и на научном положении Л. С. Выготского о том, что правильно организованное обучение «ведет» за собой развитие. Воспитание и психическое развитие не могут выступать как два обособленных, независимых друг от друга процесса, но при этом «воспитание служит необходимой и всеобщей формой развития ребенка» (В. В. Давыдов).

Таким образом, развитие в рамках Программы выступает как важнейший результат успешности воспитания и образования детей.

Программа соответствует основным принципам дошкольного образования:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Организации с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.4 Значимые для разработки и реализации программы характеристики

1.4.1 Краткая информация об учреждении и возрастных группах ДОО

ГБДОУ детский сад № 95, являясь учреждением компенсирующего вида, осуществляет работу, направленную на коррекцию зрительных нарушений разной степени тяжести, предупреждение вторичных отклонений в развитии детей.

В образовательном учреждении функционирует 10 групп компенсирующей направленности:

группа	Возрастной состав	Наполняемость детей	Группы здоровья
1-я группа раннего развития	Ранний возраст	11 детей	I-0 II- 4 III- 7
4-я группа II младшая	3-4 лет	14 детей	I-0 II- 0 III- 11 IV- 0 V-3
8-я группа II младшая	3-4 лет	15 детей	I-0 II- 5 III- 9
3-я группа средняя	4-5 лет	10 детей	I -0 II- 2 III- 8
6-я группа средняя	4-5 лет	15 детей	I -0 II- 0 III- 12 V-3
5-я группа старшая	5-6 лет	16 детей	I-0 II- 4 III- 11 IV- 0 V-1
10-я группа старшая	5-6 лет	16 детей	I-0 II-0 III- 16 IV- 0 V-0
9-я группа подготовительная	6-7 лет	16 детей	I-0 II-0 III- 14 IV- 1 V- 1
2-я группа подготовительная	6-7 лет	16 детей	I-0 II-5 III- 9 IV- 0 V2
7-я группа подготовительная	6-7 лет	16 детей	I-0 II-1 III- 14 IV- 0

1.4.2. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста

Занятия в спортивном зале и на свежем воздухе благотворно влияют на важнейшие системы жизнеобеспечения ребенка.

Характеристика возрастных особенностей физического развития детей дошкольного возраста представлена в Примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

3-4 года

- ходит на носочках, высоко поднимая колени, мелкими, широкими, приставными шагами;
- ходит и бегаёт в разном темпе (умеренном, медленном, быстром), в различных направлениях (прямо, по кругу, змейкой, между предметами и т.д.), держась за руки, стоя спиной или лицом друг к другу;
- прыгает на месте, с продвижением вперед и назад, через препятствия;
- бросает мяч в цель, ловит двумя руками;
- принимает активное участие в подвижных мероприятиях (спортивных, игровых, танцевальных);
- выполняет последовательность разнообразных двигательных действий в течение 10 минут;
- управляет своим телом, например, удерживает равновесие при ходьбе по наклонной доске и т.д.

4-5 лет

- позитивные изменения крупной и мелкой моторики;
- развиваются координация движений и ловкость;
- удерживает равновесие;
- перешагивает через небольшие преграды;
- нанизывает бусины средней величины на толстую леску или проволоку;
- определяет предметы в мешке на ощупь;
- прыгает на одной ноге, попеременно на одной и другой ноге, ходит по бревну;
- подбрасывает вверх мяч и ловит его двумя руками.

5-6 лет

- ходит на пятках, носках, на тыльной стороне стопы, с высоко поднятыми коленями, широкими, приставными шагами, изменяет темп и направление ходьбы;
- бегаёт в разных направлениях и темпе;
- чередует движения между собой;
- ловит, бросает, отбивает, перебрасывает, забрасывает мяч;
- прыгает на двух ногах на одном месте, с продвижением вперед, назад, в стороны, высоту, в длину, через препятствия;
- прыгает на одной ноге, со сменой ног;
- спрыгивает с высоты;
- ползает разными способами;
- выполняет элементы спортивных игр, например, бадминтон, футбол, баскетбол, пионербол и т.д.

6-7 лет

- движения точные и скоординированные, формируются навыки самоорганизации и взаимоконтроля, проявляет волевые усилия при выполнении задания, становится важен результат;

□ устанавливается правильная осанка при движении, может быстро бегать и ходить, прыгать в высоту и длину, бросать мяч в кольцо, лазать по деревьям.

2. Характеристика особенностей физического развития детей с ОВЗ

У детей с ОВЗ сохраняются общие закономерности развития, свойственные здоровым детям. Наиболее общие закономерности развития нормального ребенка прослеживаются и у этих детей. К ним относятся: определенная последовательность стадий развития психики; наличие сензитивных периодов в развитии психических функций; последовательность развития психических процессов; роль деятельности в психическом развитии, речи – в формировании высших психических процессов; ведущая роль обучения в психическом развитии (Л.С. Выготский, В.И. Лубовский).

2.1. Характеристика особенностей физического развития детей, имеющих нарушение зрения.

Детям с нарушением зрения свойственны:

- нескладность, нескоординированность движений, их нечеткость и несогласованность,
- сложно регулировать свое внешнее поведение, не понимает свое положение в пространстве, затруднен в самостоятельных передвижениях,
- затрудненность пространственной ориентировки, из-за несформированности пространственных представлений
- нарушение формирования точности, скорости, координации движений, равновесия, чувства ритма, основанном на взаимодействии зрительного, слухового, тактильного и кинестетического восприятий,
- узость обзора, нарушение стереоскопии, смещение формы действия,
- фрагментарность, пропуски деталей техники движений,
- снижение двигательной активности ребёнка,
- появление вторичных отклонений - нарушение осанки, плоскостопие, искривление позвоночника, иногда нарушение всей схемы тела. (приложение 1)

Нарушение зрительной системы, имеющее столь высокое значение для развития ребенка и его жизнедеятельности, наносит ущерб формированию психических процессов, двигательной сферы, физическому развитию ребенка. Причина отставания физического развития заключается в том, что тяжелый зрительный дефект осложняет на ранних этапах развития ребенка процесс активного познания окружающего мира, который связан прежде всего с двигательной активностью. Страх передвижения в незнакомом пространстве приводит к дефициту движения у детей.

Ряд авторов, изучавших особенности физического развития детей с нарушениями зрения (Земцова М.И., Плаксина Л.И., Феоктистова Л.Ю. и др.), отмечают, что слабовидящие дошкольники характеризуются меньшей подвижностью по сравнению со зрячими сверстниками, нечеткостью координации движений, снижением темпа их выполнения, ловкости, ритмичности, точности. Дети испытывают трудности при ориентировке в пространстве, выполнении движений на равновесие. Осложнено формирование понятий об основных движениях, что снижает двигательную активность и ведет к отсутствию достаточно крепкого «мышечного корсета». При нарушении зрения у детей отмечаются нарушения осанки, позы, искривления позвоночника, а также асимметрии развития движений рук и других органов тела.

Есть свои особенности и в физической подготовленности и становлении двигательных умений у детей с нарушениями зрения, которым доступно овладение и выполнение всех основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, подбрасывание и ловля и упражнения в равновесии), но временной период овладения этими движениями более длинный, чем у здоровых детей. Слабовидящие дети испытывают трудности в овладении исходными, промежуточными и заключительными положениями частей тела, что отражается на результативности выполнения самого движения и его внешней форме.

Затруднен и перенос двигательного умения в самостоятельную деятельность дошкольников с нарушениями зрения.

При нарушении осанки и деформации позвоночника грудная клетка видоизменяется, снижается жизненная емкость легких, что в свою очередь приводит к заболеванию органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.

Таким образом, дети с депривацией зрения нуждаются в профилактической и коррекционной работе, направленной на нормализацию двигательных функций, коррекцию психоэмоциональной сферы и положительное влияние на ослабленные функции организма ребенка.

К сопутствующим заболеваниям, встречающимся у детей с нарушениями зрения относятся: общее недоразвитие речи (ОНР) разных уровней, сопровождающееся различными типами дизартрии, соматические заболевания, задержка психического развития, детский церебральный паралич, минимальная мозговая дисфункция (ММД).

2.1.1. Характеристика особенностей физического развития детей с ММД.

ММД – часто встречающееся заболевание. Оно характеризуется негрубым поражением центральной нервной системы, сопровождается мышечной дистонией – неуклюжестью, неловкостью, скованностью в движениях, неточностью моторики. Наиболее характерные для ММД двигательная расторможенность, суетливость, чрезмерная двигательная активность, шаловливость, плохая обучаемость, низкая дисциплина и неорганизованность. Периодически появляются вспышки гнева. Такие дети сталкиваются с непониманием со стороны сверстников, оказываются в эпицентре конфликтов. В результате они накапливают отрицательный опыт межличностных отношений. Поэтому необходимо умело направлять его сверх активность в русло продуктивных игр, физических упражнений, интересной деятельности.

2.1.2. Характеристика особенностей физического развития детей с ДЦП.

Основным проявлением двигательных нарушений у детей с ДЦП бывает неустойчивая ходьба, неумение самостоятельно спускаться и подниматься по лестнице без помощи взрослого дети затрудняются одеться, раздеться, зашнуровать ботинки, завязать бантик, застегнуть пуговицу и молнию.

Отмечается нарушение координации движения: ходят на широко расставленных ногах, походка их крайне неустойчива, а при испуге или волнении могут упасть. Навыки самообслуживания у них чаще всего недостаточно сформированы, предметно-практическая деятельность крайне ограничена, не готовы к овладению навыками рисования, письма. Иногда у детей отмечается повышенное слюноотделение. Эти дети быстро устают, особенно во время активных действий, и поэтому нуждаются в частых паузах.

Выполнение упражнений на занятиях физической культуры затруднено за счет того, что дети не могут воспроизвести правильно исходные положения, сохранить устойчивость в статической позе, выполнить упражнения с нужной амплитудой, осуществить движения слитно и в нужном темпе, согласовать движения рук, туловища и ног. Отмечаются трудности при выполнении упражнений с различными предметами: затруднен захват и удержание предметов различной формы. Появляется нарушение дыхания: оно становится поверхностным, аритмичным. Кроме того, отмечается сильное снижение активности, инертность, трудность привлечения к целенаправленной деятельности, высокая отвлекаемость и т.д. (приложение 2)

3. Особенности осуществления образовательного процесса

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Образовательный процесс в ДОО организован в соответствии с комплексно-тематическим планированием. Тема объединяет все виды деятельности детей и служит основой для совместной работы воспитателя, учителя-дефектолога, учителя-логопеда и специалистов ДОО. Инструктор физической культуры планирует и предоставляет педагогам ДОО комплексы утренней и адаптационной гимнастики, подвижные игры и упражнения с речевым сопровождением, считалки, потешки, в соответствии с комплексно-тематическим планированием.

Совместная деятельность взрослого и детей организуется в рамках НОД и режимных моментах, характеризуется партнерскими отношениями между ее участниками и учитывает мотивацию ребенка. Непосредственно образовательная деятельность осуществляется через организацию различных видов деятельности детей.

Образовательный процесс в ДОО строится на принципах интеграции образовательных областей. Название НОД в учебном плане показывает, какой вид деятельности детей выходит на первый план в данный период времени. Учебный план составлен в соответствии с требованиями СанПиН:

- продолжительность непрерывной непосредственно-образовательной деятельности для детей от 2 до 3 лет – не более 10 минут. Для детей от 3 до 4 – не более 15 минут, от 4 до 5 лет – не более 20 минут. Для детей от 5 до 6 – не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут;
- максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в средней группе не превышает 40 минут, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно;
- в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки;
- перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут;
- образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не больше 25 – 30 минут в день.

3. Планируемые результаты освоения Программы

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры, представленные в данной Программе базируются на ФГОС ДО и целях, задачах, обозначенных в пояснительной записке, то есть углубляют и дополняют требования Стандарта.

3.1. Целевые ориентиры для детей старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования)

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.

- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

3.2. Система оценки результатов освоения программы

Оценка индивидуального развития детей.

Трижды в год – в сентябре, январе и мае проводится оценка индивидуального развития детей. Оценка производится в рамках педагогической диагностики. Цель диагностики: оценка эффективности педагогических действий и лежащего в основе их дальнейшего планирования. Педагогическая диагностика физической подготовленности проводится по методическим рекомендациям, разработанным педагогическим составом РГПУ им. А.И. Герцена, кафедра физической культуры и спорта. Методические рекомендации «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста» под редакцией Петренкиной Н.Л., Санкт-Петербург 2007 г., которая включает показатели развития дошкольника в соответствии с возрастом (4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет). Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

II. Содержательный раздел

1. Проектирование воспитательно-образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников

Воспитательно-образовательный и коррекционный процесс в ДОУ, цели и задачи которого проистекают из социального заказа общества, федеральных государственных образовательных стандартов, учебного плана ДОУ, от построения социального портрета воспитанника.

Цель воспитательно-образовательного и коррекционного процессов - обеспечение оптимальных возможностей для образования, развития и социализации каждого ребенка, исходя из его психофизиологических особенностей.

Воспитательно-образовательный и коррекционный процесс в ДОУ строится на принципах системности и комплексности, так как зрение нельзя отделять от состояния всего организма и условий развития ребенка.

Системность коррекционной деятельности предполагает работу над основным дефектом и сопутствующими дефектами, а также взаимодействие всех специалистов по коррекции ребенка с ОВЗ.

Комплексность педагогических воздействий осуществляется в процессе непосредственно-образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, индивидуальной работе с детьми по основным направлениям развития и образования ребенка дошкольного возраста

Обязательная часть программы

Содержание психолого-педагогической работы с детьми 2-7 лет представлено по образовательной области «Физическое развитие», а также в процессе развития игровой деятельности.

Содержание работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Решение программных задач

предусматривается не только в рамках НОД, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности взрослых и детей, так и самостоятельной деятельности дошкольников.

1.1. Содержание психолого-педагогической работы

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Первая младшая группа

(от 2-3 лет)

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

Вторая младшая группа

(от 3 до 4 лет)

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа

(от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа

(от 5 до 6 лет)

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, _ воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

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

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа

(от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

Первая младшая группа

(от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

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

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры.

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

игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (бег, ходьба, бросание, катание). Учить выразительности движений , умению передавать простейшие движения некоторых персонажей.(попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Вторая младшая группа

(от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа

(от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног.

Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и

высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

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

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

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

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа

(от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

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

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа

(от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

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

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

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

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

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

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

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

1.2. Реализация компонента ДОУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ

Наряду с общими задачами охраны и укрепления здоровья, физическое воспитание направлено на преодоление недостатков физического развития детей с ОВЗ. Дети с нарушением зрения. Нарушение зрения отрицательно влияет на овладение детьми движениями, ориентировке в пространстве, сказывается на общем развитии детей и состоянии здоровья.

Трудности зрительно-двигательной ориентировки могут приводить к гиподинамии, что отрицательно влияет на развитие двигательной активности детей с нарушением зрения и общее функциональное состояние здоровья. Поэтому физическое воспитание включает ряд специальных коррекционных задач, определяющих процесс преодоления недостатков физического развития и осуществление взаимосвязи с лечебно-воспитательной работой:

- достижение соответствующего возрастом особенностям уровня развития основных движений, физических качеств (быстроты, точности, выносливости, равновесия, ориентировки в пространстве, координации движения и др.)

- коррекция здоровья и физического развития путём применение специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей, укрепляющих опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы,

развивающих и восстанавливающих зрение и зрительно-двигательную ориентировку;
- преодоление недостатков, возникающих на фоне зрительной патологии при овладении движениями (скованности, малоподвижности, боязни пространства и др.)
- активизация и упражнение зрительных функций в процессе физического воспитания в тесной взаимосвязи с лечебно-воспитательной работой.

В раздел общеразвивающих упражнений введены специальные задания на развитие мелкой моторики рук и ног, формирование микроориентировки. Значительное внимание уделяется развитию ориентировки в пространстве, формированию точности и координации движений.

Содержание спортивных и подвижных игр предусматривает задачи развития зрительно-двигательных навыков коррекционных условиях и с опорой на поли сенсорные взаимосвязи, речь, мышление (т.е. компенсаторных путей развития детей с нарушением зрения).

Дети с ДЦП. Физическое воспитание является самой важной частью общей системы воспитания, обучения и лечения детей с опорно-двигательными нарушениями. Для большинства таких детей характерна повышенная утомляемость. Многие дети отличаются повышенной впечатлительностью, обидчивостью, болезненно реагируют на тон голоса, на малейшие замечания, чутко подмечают изменение в настроении окружающих.

Важной предпосылкой успешности воспитания детей с ДЦП является совмещение педагогических и лечебных воздействий с учетом не только двигательных, но и других осложняющих расстройств.

Физические упражнения. Наибольшую группу составляют общеразвивающие упражнения для определённых мышечных групп, классифицируя по анатомическому признаку.

Упражнения для мышц верхних конечностей выполняются из всех исходных положений – стоя, сидя, лёжа на спине и животе, преимущественно же из положения стоя (для детей старшего возраста из основной стойки), - обеспечивающих устойчивое положение тела. Упражнения для мышц брюшного пресса выполняются из исходного положения лёжа на спине, но могут проводиться и из других положений.

Упражнения для мышц спины (наклоны вперёд, боковые наклоны и вращение туловища) выполняются из исходных положений стоя, оптимальным для развития мышц спины является положение лёжа на животе.

Упражнения для мышц нижних конечностей выполняются из всех исходных положений, в зависимости от требуемой нагрузки. Обязательными являются упражнения в расслаблении, в растягивании, дыхательные упражнения, упражнения в статическом напряжении, корригирующие упражнения, подвижные игры.

Дети с нарушением речи. К этой категории дошкольников относятся дети, имеющие отклонения в развитии речи при нормальном слухе и сохранном интеллекте. У детей с нарушением речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

- дети с расстройствами речи отличаются от здоровых низким уровнем развития ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости различий на значимом уровне не имеют, что связано с отсутствием значимых отличий по антропометрическим данным этих детей;
- у детей с расстройствами речи встречаются диспропорциональность развития, незрелость движений.

В этой связи занятия физическими упражнениями способствуют коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психомоторного развития.

Предметом особого внимания служит работа над осанкой. Для детей с речевыми расстройствами автоматизацию движений проводят с речевым сопровождением т.е. при помощи стихотворных текстов. Ритм стихов помогает подчинить

движения тела определённому темпу, сила голоса определяет их амплитуду и выразительность. Освоению упражнения способствует музыка и стихотворные строчки.

У детей с различными речевыми нарушениями изменён тонус, поэтому включаем упражнения на активное расслабление и напряжение мышц.

- Особое внимание уделяем дыхательным упражнениям. На физкультурном занятии учитываются все речевые режимы.

1.3. Перечень программ и технологий

Перечень программ и технологий

(образовательная область «Физическое развитие»)

1. Физкультурные занятия в детском саду: Вторая младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 80с.
2. Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 112с.
3. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. – 128с.
4. Физическое воспитание в детском саду / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2006.- 96с.
5. Двигательная активность ребенка в детском саду / М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 2000.
6. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999.
7. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении / Н.С. Галицына. – М.: Скрепторий, 2004.
8. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошк. учреждении / А.П. Щербак. – М.: Владос, 1999.
9. Физкультурные праздники в детском саду / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
10. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2000.-112с.
11. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет / Л.И. Пензулаева. – М.: Владос, 2002.
12. Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы, занятия, физические упражнения. Первая младшая группа/авт. Сост. Е.И. Подольская.-Волгоград: Учитель, 2014.-143с.
13. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ: Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ, родителей, гувернеров – Воронеж: ИП Лакоценина Н.А., 2002.-216с.
14. Сековец Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения-М.: Нижний Новгород, 2001
15. Маллаев Д.М. Игры для слепых и слабовидящих-М.: Советский спорт, 2002
16. Программа физкультурно-спортивной направленности «Топ-топ» по профилактике плоскостопия. Е.Ю.Бабенко, 2010 г.
17. .Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л. Богина. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
18. Воспитание здорового ребенка / М.Д. Маханева. – М.: Аркти, 2007.
19. Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях детского сада / Л.В. Кочеткова. – М.: МДО, 1999.
20. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду / Под ред. Т.С. Яковлевой. – М.: Школьная пресса, 2006.
21. Растем здоровыми / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2002.
22. Развивающая педагогика оздоровления / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. – М.: Линка-2000

23. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: В 3 ч. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – Ч. 2: Конспекты занятий для второй младшей и средней групп. – 208 с.
24. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры / авт. Сост. О.М. Литвинова. – Волгоград: Учитель, 2007. – 238 с.
25. Ростомашвили Л.Н. Физические упражнения для детей с нарушением зрения (методические рекомендации для учителей, воспитателей, родителей). / Под. Ред. Л.В. Шапковой. – СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2001. – 66 с.
26. Утробина К.К. занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003. – 104 с.
27. Утробина К.К. занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003. – 128 с.
28. Соколова Л.А. комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. – 80 с.»
29. Е.Ф. Желобкович Физкультурные занятия в детском саду. 2-я младшая группа. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 168 с.

1.4. Перспективное планирование по физической культуре.

Первая младшая группа СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: начинают ходить и бегать на определенный сигнал, лазают и ходят по ограниченной поверхности (между двух линий); ползают на четвереньках к предмету, подпрыгивают на двух ногах.				
Вводная часть	Ходьба и бег стайкой за воспитателем, в заданном направлении, ходьба парами, небольшими группами.			
ОРУ	«Осенние листочки»б/п	С флажками	С погремушкой	«Осенние листочки»б/п
Основные виды движений	1.Ходьба с игрушкой в руке. 2.Ползание к предмету.	1.Ходьба по узкой дорожке (ш.20см). 2.Ползание под дугой (2шт).	1.Ходьба и бег по ориентирам, между предметами. 2.Ползание по дорожке между двух линий.	1.Ходьба и бег по узкой извилистой дорожке. 2.Подпрыгивание на двух ногах на месте.
Подвижные игры	Соберем листья и сделаем салют	Птички в гнездышках	Беги ко мне (через лужи)	Соберем урожай в огороде
Заключительная часть	Ходьба по «лесной тропинке за персонажем»	«Пойдем гулять»	Дыхательные упражнения «Воздушный шар»	«Нам весело»(ходьба с листиками и урожаем по всей площадке, не наталкиваясь друг на друга)

ОКТАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: начинают бросать и ловить мяч, ходить по наклонной доске, прыгивают с высоты 8-10см, добиваясь приземления на две ноги одновременно. развивают глазомер; умеют прокатывать мяч в прямом направлении, ползают на скорость.				
Вводная часть	Ходьба парами, спомощью воспитателя, на носках, по кругу, взявшись за руки. Бег по кругу.			

ОРУ	Два веселых братца... Б/п	С малым мячом	«Ножки по дорожке»	«Куколка»б/п
Основные виды движений	1.Ходьба и бег к игрушкам. 2.Прокатывание мяча от воспитателя к ребенку (расстояние 1,5м)	1.Ловить мяч и бросать его обратно инструктору (расстояние 0,5м). 2. Игровое упражнение «Снежки».	1.Игровое упражнение «Мячи в корзинке». 2.Спрыгивание с ящика (в.- 10см)	1Игровое упражнение «Крутая горка». 2.Прокатывание мяча друг другу (расстояние 1,5м).
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Поймай-прокати»	«Доползи до погремушки»	«По ровненькой дорожке»
Заключительная часть	Дыхательное упражнение «Остудим чай»»	«Не задень» - ходьба между кеглями	Ходьба по дорожкам	«Поезд»

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: формируются умения спрыгивания с высоты, бросание мешочков на дальность правой и левой рукой; бегают за катящимся мячами, ползают и лазают на четвереньках под веревку, прыгают на двух ногах, имитируют движения и повадки животных.				
Вводная часть	Построение около каната, ходьба с канатом в руке «Поезд», ходьба и бег за воспитателем.			
ОРУ	б/п	Зарядка животных	С косичкой	Зарядка животных
Основные виды движений	1.Ползание на четвереньках вдоль каната, подлезание под дугу. 2.Прыжки на двух ногах до ориентира.	1.Игровое упражнение «Спрыгни в воду». 2. Игровое упражнение «Мячи в корзине».	1.Ходьба и бег через косички. 2.Игровое упражнение «Брось и догони» с мячом.	1.Прыжки на двух ногах: - достань бабочку - в обруч, лежащий на полу. 2.Игровое упражнение «Брось через веревку»
Подвижные игры	«Котята и ребята»	Кот и мыши	«Лохматый пес»	Курочка и цыплятки
Заключительная часть	Ходьба обычным шагом и на носочках с чередованием	Хороводная игра «Котенка, коток»	Пальчиковая игра «Коза-дереза»	Ходьба как «мышки»

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: начинают бросать предмет в горизонтальную цель, во время броска соблюдают указанное направление, бегают в разных направлениях, катают мяч с горки и догоняют его; начинают совершенствовать прыжки в длину с места.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег друг за другом, между предметами, на сигнал останавливаться.			
ОРУ	С мешочком	С обручем	С погремушкой	С большим мячом
Основные виды движений	1.Игровое упражнение «Сбей кеглю»(мешочком) 2.Ходьба и бег по скамейке на носках (ш. 25см, в .20см)	1Лазанье по скамейке на четвереньках (ш. 25см, в 20см) 2. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.	1.Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. 2.Прокатывание мяча в прямом направлении.	1.Игровое упражнение «Скати с горки» 2.Прыжки в длину с места на двух ногах через канат.
Подвижные игры	«Не боюсь»	«Зайка беленький сидит»	«Пляски»	Птички в гнездышках
Заключительная часть	«Кто тише» (подойти к собачке)	Ходьба друг за другом со сменой темпа	Ходьба с остановкой на сигнал	«Раздувайся пузырь»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: формируются умения катания мяча друг другу из разных И.п., метания мяча из-за головы, лазания по гимнастической стенке, выполнения упражнений самостоятельно.</p> <p>Ходят и бегают в колонне по одному, прыгают в длину с места, быстро реагируют на сигнал, ориентируются в пространстве.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с движением рук – птички, с кубиками в руке, во время ходьбы ритмично ударять кубик о кубик; ходьба и бег в быстром и медленном темпе, змейкой.			
ОРУ	С кубиками	С малым мячом	С ленточками	С большим

				мячом
Основные виды движений	1.Покатывание мяча в воротики, бег за ним. 2.Лазанье по гимнастической стенке.	1.Бросание мячей в горизонтальную цель. 2. Прыжки через 2 параллельно лежащих каната (с одной стороны расст.-10-15см, с др. 20-30см).	1.Ползание на четвереньках по скамейке. 2.Подлезание под дугу (2шт) (поточно).	1.Бросание мяча из-заголови двумя руками. 2.Катание мяча друг другу из положения сидя ноги врозь.
Подвижные игры	«Воробышки и автомобиль»	«Птички в гнездышках»	«Голуби и воробы»	«День и ночь»
Заключительная часть	«Найди и промолчи»	Ходьба по скамейке	Ходьба змейкой за воспитателем	«Найди себе пару»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: формируются умения ходьбы по наклонной доске, соблюдая равновесие, катание мяча в цель. Ползания по гимнастической скамейке и спрыгивание с нее. Реагируют на звуковые сигналы, ориентируются в пространстве.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне, по узкой дорожке, по ребристой доске, по наклонной доске вверх и вниз, ползание в туннель.			
ОРУ	С мячом	С кроткой палочкой	б/п	С обручем
Основные виды движений	1.Метание мяча вдаль из-за головы. 2.Прыжки в длину с места.	1.Ползание на четвереньках по скамейке, в конце скамейки спрыгнуть. 2. Катание мяча под дугу.	1.Ходьба по наклонной доске вверх-вниз. 2.Перешагивание через кубики, расставленные на расстоянии 1-2м.	1.Катание мяча в цель (кегли). 2.Ходьба вверх по наклонной доске, закрепленной на гимнастической скамейке, спрыгивание со скамейки.
Подвижные игры	«Автомобили»	«Воробышки и автомобиль»	«Поезд»	«Воробышки и автомобиль»
Заключительная часть	Чередование ходьбы на носках и обычного шага	Ходьба с остановкой на сигнал	Ходьба по «дорожкам здоровья»	«Светофор»

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: метают из-за головы двумя руками, метают вдаль правой, левой рукой; бросают мяч на дальность от груди, прыгают в длину с места, ходят по гимнастической скамейке, ползают и подлезают под веревку.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег на носках, парами, между обручами, по кругу, в рассыпную.			
ОРУ	б/п	«Зарядка животных»	С погремушкой	На скамейке
Основные виды движений	1. Ходьба по одному и небольшой подгруппой в заданном направлении, перешагивая через предметы. 2. Бросать на дальность из-за головы.	1. Ходьба парами в определенном направлении. 2. Ползание по доске и подлезание под веревку..	1. Игровое упражнение «Через обруч к погремушке»: прыжки на двух ногах с продвижением. 2. Метание вдаль правой и левой рукой через веревку.	1. Бросание мешочков в горизонтальную цель. (обруч расстояние 1м) 2. Спрыгивание со скамейки.
Подвижные игры	«Чьи в лесу шишки»	«Мой веселый, звонкий мяч»	«Жуки и пчелы»	«У медведя во бору»
Заключительная часть	«Раздувайся пузырь»	«Кто тише» (подойти к мишке)	«Скачет зайка по опушке»	Пальчиковая гимнастика «Зайка и ежик»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: умеют бросать мяч вверх и вперед, ловить после отскока, перешагивать с ящика на ящик, сохраняя равновесие, ходят по-медвежьи.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег на носках, парами, между обручами, по кругу, в рассыпную.			
ОРУ	С флажками	С обручем	С погремушкой	С большим

				мячом «Колобок»
Основные виды движений	1. Перешагивание с ящика на ящик. 2. Бросать мяч двумя руками из-за головы через веревку.	1. Бросать мяч вверх и ловить его. 2. Дорожка ползания: - дуги разной высоты; - туннель; - гимнастический валик;	1. Ходьба по скамейке на носках. 2. Перешагивание я ящика на ящик.	1. Катать мяч друг другу из разных положений: - сидя ноги врозь. - стоя на расстоянии 2-3м; - через воротики.
Подвижные игры	«Возьми флажок»	«Лохматый пес»	«Совушка-сова»	«У медведя во бору»
Заключительная часть	«Ладушки»	«Ой, люли-люли, прилетели гули»	«Где спрятался мышонок?»	Танцевальные движения (русские народные)

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: ходят и бегают небольшими группами; друг за другом в игре «Поезд»; преодолевая препятствия; между предметами, не задевая их, по кругу, по наклонной доске; катать мяч под дугу, друг другу; прыгать на двух ногах на месте и с продвижением.				
Вводная часть	Повторять все виды ходьбы и бега, построений и перестроений по программе.			
ОРУ	«Лошадки»	«Ровным кругом»	«Зарядка животных»	Простейшие ритмические упражнения под музыку
Основные виды движений	1. Игровые упражнения: «Бегом по дорожке», «Не замочи ног», «Поймай-прокати».	1. Игровые упражнения: «Поездка на дачу» (дорожка препятствий) «Мячи в	1. Игровые упражнения: «Поймай бабочку», «Прокати мяч», «Проползи по	1. Игровые упражнения: «Спрыгни в воду», «Пройди, не упали» (с ящика на ящик) «Погладь мишку»

	2.Бросать мяч двумя руками из-за головы через веревку.	корзине», «Парами на прогулку», «Найди пару»	мостику».	
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Найди пару»	«Найди домик»	«Мой веселый, звонкий мяч»
Заключительная часть	«Отгадай, кто позвал»	«Воздушный шар»	«Каравай»	«Мышки»

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: умеют ходить и бегать всей группой в прямом направлении за воспитателем, владеют основными видами движений. Умеют строиться в колонну по одному.				
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную, построение в одну колонну, ходьба и бег в колонне по одному, с выполнением заданий для рук. Построение в круг.			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С кубиком
Основные виды движений	1.Ползание на четвереньках (4-6м.) "Пойдём как собачка" 2.Ходьба по прямой дорожке между линиями. Ширина 25 см.	1. Ходьба по прямой дорожке (между двумя линиями). Ширина 25 см. 2.Катание мячей друг другу (расст. 1 м.)	1.Прыжки на двух ногах на месте. 2.Бег между двумя линиями (ширина 20 см).	1.Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2.Ходьба и бег колонной по одному всем составом.
Подвижные игры	"Бегите ко мне"	"Догони мяч"	"Кот и воробышки"	"Быстро в домик"
Заключительная часть	Ходьба за воспитателем "пойдём тихо, как мыши"	Ходьба спокойная на носках "не разбуди собачку"	Ходьба стайкой за воспитателем.	Игра м/п "Найди курочку"

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег; при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги. Энергично отталкивают мяч при прокатывании друг другу.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой на сигнал воспитателя. Ходьба с выполнением заданий для рук (вверх, вниз, в стороны). Построение в круг.			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	На стульчиках
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см). 2. Подпрыгивание на двух ногах на месте (под бубен) - "Достань до ленточки"	1. Перепрыгивание ч/з шнур, положенный на пол прямо, правым и левым боком. 2. Катание мячей в прямом направлении.	1. Подлезание под шнур (высота 40-50 см), упираясь на предплечья и колени. 2. Ходьба по ребристой доске.	1. Катание мячей друг другу сидя, ноги в стороны (расст. 1,5 м) 2. Ползание в прямом направлении, упираясь на предплечья и колени.
Подвижные игры	"Догони мяч"	"Зайка серый умывается"	"Поймай комара"	"Наседка и цыплята"
Заключительная часть	Игра м/п "Угадай, кто кричит?"	Игра м/п "Найди курочку"	Игра м/п "Угадай, чей голосок?"	Ходьба в колонне по одному.

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки на двух ногах. Приземляются на полусогнутые ноги при спрыгивании с высоты, сохраняют равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную. Ходьба с выполнением упражнений для рук (вверх, вниз, в стороны). на носках, в высоком поднимании коленей. Перестроение в 3 звена.			
ОРУ	С ленточками	С обручем	Без предметов	С флажками
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 20 см). 2. Прокатывание	1. Прыжки в обруч и из обруча. 2. Прокатывание	1. Ловить мяч от воспитателя и бросать его обратно. (расст. 1,5 м).	Подлезание под дугу (высота 50 см) на четвереньках. 2. Ходьба и бег

	2. Прыжки на одной, на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст.2 м).	мячей в прямом направлении. (Дети катят мячи и бегут за ними).	2.Ползание на четвереньках, переползая через препятствия.	между двумя линиями.
Подвижные игры	"Ловкий шофёр"	"Мышки в кладовой"	"По ровненькой дорожке"	"Поймай комара"
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Игра м/п "Найди курочку"	Ходьба в колонне по одному.

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений -ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ползание на четвереньках. Умеют ходить и бегать в рассыпную, используя всю площадь зала, сохраняя равновесие.				
Вводная часть	Ходьба и бег в рассыпную, на носках, пятках, с высоким подниманием коленей. Перестроение в 2 звена.			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	На стульчиках
Основные виды движений	1. Ходьба по доске(ширина 15 см), руки за голову. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1.Спрыгивание со скамейки (высота)20 см) на мат. 2.Катание мячей в прямом направлении.	Катание мячей в ворота друг другу (расст.1.5-2 м). 2.Подлезание под дугу (высота 50см).	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола (высота 50 см). 2.Ходьба по доске, руки на поясе.
Подвижные игры	"Коршун и птенчики"	"Лягушки"	"По ровненькой дорожке"	"Птица и птенчики"
Заключительная часть	Игра м/п "Снежинки"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы	1-я	2-я неделя	3-я неделя	4-я

занятия	неделя			неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Сохраняют устойчивое положение при ходьбе по доске, мягко приземляются на полусогнутые ноги.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, парами. Ходьба и бег врассыпную, с остановкой на сигнал воспитателя. Перестроение в колонну по одному.			
ОРУ	С платочками	С обручем	С кубиками	С кубиками
Основные виды движений	1. Ходьба по доске (ширина 10 см), руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд (расст. 2 м).	1. Спрыгивание со скамейки (высота 15 см). 2. Прокатывание мяча вокруг кегли (кубика).	1. Катание мячей друг другу через ворота Расс. 1,5-2 м. 2. Подлезание под дугу, не касаясь руками пола.	1. Подлезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
Подвижные игры	"Коршун и цыплята"	"Птица и птенчики"	"Лохматый пёс"	"Поймай снежинку"
Заключительная часть	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Найди собачку".	Игра м/п "Угадай, кто кричит".	Ходьба в колонне по одному.

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Прокатывают мяч в прямом направлении, спрыгивают со скамейки на полусогнутые ноги, пролезают в обруч, не касаясь руками пола.				
Вводная часть	Ходьба и бег врассыпную. Построение в шеренгу. Ходьба и бег в колонне, перешагивая через предметы, с выполнением заданий для рук.			
ОРУ	С кольцом	С обручем	С мячоч	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба, перешагивая через шнуры. 2. Прыжки из обруча в обруч.	1. Спрыгивание со скамейки (выс. 15 см). 2. Прокатывание мячей в прямом направлении.	1. Бросанием мяча через шнур двумя руками. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1. Пролезание в обруч, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по доске.
Подвижные игры	"Найди свой цвет"	"Воробышки в гнёздышках"	"Воробышки и кот"	"Лягушки"
Заключительная	Ходьба в	Игра м/п "Угадай,	Ходьба в	Ходьба в

часть	колонне по одному.	кто кричит".	колонне по одному.	колонне по одному.
-------	--------------------	--------------	--------------------	--------------------

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки. Бросают мяч двумя руками и ловят его, прокатывают мяч между предметами.				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу. Построение в колонну по одному, перестроение в пары с помощью воспитателя. Перестроение в три звена.			
ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь врѐд.	1. Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 10 см). 2. Прокатывание мяча между предметами.	1. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками. 2. Ползание по доске.	1. Влезание на наклонную лестницу. 2. Ходьба с перешагиванием через бруски.
Подвижные игры	"Кролики"	"Найди свой цвет"	"Зайка серый умывается"	"Автомобили"
Заключительная часть	Игра м/п "Найди кролика"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, ползание, прыжки, бросают мяч вверх, об пол и ловят его двумя руками, влезают на наклонную лестницу.				
Вводная часть	Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Построение в шеренгу, проверка осанки, равнения. Ходьба с высоким подниманием колен, на носках, пятках, внутренней стороне стопы.			
ОРУ	На скамейке с кубиком	С косичкой	Без предметов	С обручем

Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке (высота 25 см). 2. Прыжки в длину с места	1. Прыжки в длину с места (расст. между шнурами 15 см). 2. Бросание мяча о пол двумя руками.	1. Бросание мяча вверх и ловля его руками. 2. Ползание по доске.	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
Подвижные игры	"Тишина"	"Найдём лягушонка"	"Огуречик, огуречик"	"Воробышки и кот"
Заключительная часть	Игра м/п "Где цыплёнок?"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Кто ушёл"

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеют основными видами движений - ходьба, бег, прыжки, ползание; влезает на наклонную лесенку. Бросают мяч о пол, ловят его двумя руками. Сохраняют равновесие при ходьбе по доске (скамейке).				
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба и бег в рассыпную, с остановкой на сигнал. Ходьба с выполнением упражнений для рук.			
ОРУ	С кольцом	С мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке (высота 30 см). 2. Перепрыгивание через шнуры.	1. Прыжки в длину с места (расст. м/у шнурами 15 см). 2. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.	1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по скамейке.	1. Влезание на наклонную лесенку. 2. Ходьба по доске, руки на поясе.
Подвижные игры	"Мыши в кладовой"	"Огуречик, огуречик"	"Воробышки и кот"	"Коршун и наседка"
Заключительная часть	Игра м/п "Где спрятался мышонок?"	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Игра м/п "Съедобное - не съедобное"

СРЕДНЯЯ ГРУППА СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

Этапы занятия				
Планируемые результаты: 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				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, в рассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), пере-шагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Огуречик, огуречик»	«У медведя во бору»
Заключительная часть	«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

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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 подвижения игры «Мыши за котом» и танцевальные движения игры «Чудо-остров»</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С косичкой	Без предметов	С мячом	С кеглей
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах до предмета.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.</p> <p>3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой</p>	<p>1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p>2. Подлезание под дуги.</p> <p>3. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кубики.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии</p>	<p>1. Подлезание под шнур (40см) с мячом в руках, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Прокатывание мяча по дорожке.</p> <p>3. Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики.</p> <p>4. Игровое задание «Кто быстрее» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед, фронтально)</p>
Подвижные игры	«Кот и мыши»	«Цветные автомобили»	«У медведя во бору»	«Угадай кто позвал?»
Заключительная часть	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне по одному

	ходьбой			
--	---------	--	--	--

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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>				
Вводная часть	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			
ОРУ	С кубиком	Без предметов	С мячом	С флажками
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5м). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2м)	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 (3 м)	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Перебрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игра «Переправься через болото». Подвижная игра «Ножки». Игровое задание «Сбей кеглю»
Подвижные игры	«Самолёты»	«Цветные автомобили»	«Лисы и куры»	«Салки»
Заключительная часть	«Угадай по голосу»	«На параде». Ходьба в колонне по одному за ведущим	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	«Альпинисты». Ходьба вверх и вниз («в гору и с горы»)

		с флажком в руках		
--	--	-------------------	--	--

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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>				
Вводная часть	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			
ОРУ	С платочком	С малым мячом	Без предметов	С кубиками
Основные виды движений	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
Подвижные игры	«Лисы и куры»	«У медведя во бору»	«Птичка в гнезде»	«Птички и кошка»
Заключительная часть	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне	«Тише, мыши...». Ходьба обычным шагом и на носках с	«Прогулка в лес». Ходьба в колонне	«Не боюсь»

	по одному с выполнением дыхательных упражнений	задержкой дыхания	по одному	
--	--	-------------------	-----------	--

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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>				
Вводная часть	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			
ОРУ	С обручем	С мячом	С косичкой	С обручем
Основные виды движений	1. Отбивание мяча одной рукой о пол (4–5 раз), ловля двумя руками. 2. Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната поточно. 3. Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. 4. Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу)	1. Отбивание мяча о пол (10–12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2–3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа (2–3 раза)	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, прыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, прыгнуть. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25 см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу)
Подвижные игры	«Кролики»	«Найди себе пару»	«Лошадки»	«Автомобили»
Заключительная	«Ножки	«Зимушка-	«Путешествие по	«Где спрятано?»»,

часть	отдыхают». Ходьба по ребристой доске (босиком)	зима». Танцевальные движения	реке». Ходьба по «змейкой» по верёвке, по косичке	«Кто назвал?»
--------------	--	------------------------------	---	---------------

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: 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				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья			
ОРУ	Без предметов	На стульях	С мячом	С гимнастической палкой
Основные виды движений	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Прыжки через короткие шнуры (6–8 шт.). 4. Ходьба по скамейке на носках (бег со спрыгиванием)	1. Перебрасыв. мяча друг другу двумя руками из-за головы. 2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз). 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 4. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в шахматном порядке	1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиван. через набивные мячи, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы (высота 25см). 4. Прыжки на правой и левой ноге до кубика (2м)	1. Ходьба и бег по наклонной доске. 2. Игровое задание «Перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику». 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«У медведя во бору»	«Воробышки и автомобиль»	«Перелёт птиц»
Заключительная часть	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево,	«Найди и промолчи»

	прыжком на счёт «три»	одному	вперёд, назад	
--	-----------------------	--------	---------------	--

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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>				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	С флажками
Основные виды движений	<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 продвижением 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>

Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Бездомный заяц»	«Охотники и зайцы»	«Самолёты»
Заключительная часть	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счёт «четыре»	«Эхо»	«Найди зайца»	«Возьми флажок»

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: 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				
Вводная часть	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			
ОРУ	Без предметов	С кеглей	С мячом	С косичкой
Основные виды движений	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
Подвижные игры	«Пробеги тихо»	«Угадай кто п»озвал»	«Птички и кошки»	«Совушка»
Заключительная	«Журавли	«Стоп»	«Угадай по	«Эхо»

часть	летят». Ходьба в колонне по одному на носках с выполнением дыхательных упражнений		голосу»	
--------------	---	--	---------	--

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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>				
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	Без предметов	С кубиками	С гимнастической палкой	С мячом
Основные виды движений	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
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Удочка»	«Зайцы и волк»	«У медведя во бору»
Заключительная часть	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	«Ворота»	«Найти Мишу»

СТАРШАЯ ГРУППА

СЕНТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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	Без предметов	С мячом	Без предметов	С палкой
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	«Мышеловка»	«У кого мяч»	«Фигуры»	«Удочка»
Заключительная часть	«Найди и промолчи».	«Дует, дует ветерок»	Ходьба с выполнением заданий	«Подойди не слышно»

			дыхательные упр.	
--	--	--	---------------------	--

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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 врассыпную, 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	Без предметов	С большим мячом	С малым мячом	С обручем
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 зажатым 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	«Перелёт птиц»	«Не попадись»	«Гуси лебеди»	«Затейники»,
Заключительная часть	«Съедобное – не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».

		движения		
--	--	----------	--	--

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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 поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики и п/и.</p>				
Вводная часть	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			
ОРУ	С малым мячом	С обручем	С мячом	На гимнастических скамейках
Основные виды движений	1. Прыжки через скамейку 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 с кружением вокруг себя 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	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, 4. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо	1. Ходьба по гимнастической 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 гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Найди и промолчи»	«Удочка»	«Ловишки с ленточкой»	«Летает не летает»

Заключительная часть	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки».
-----------------------------	---------------------------------------	-------------	--------------------------	----------------

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: 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				
Вводная часть	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			
ОРУ	С палкой	С флажками	Без предметов	С обручем
Основные виды движений	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	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 правой и левой рукой. 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 гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол 2. Прыжки с разбега на мат 3. Метание в цель 4. Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь (кошечка) и с мешочком на спине
Подвижные	«Сделай	«Мороз красный нос»	«Охотники и	«Мы весёлые

игры	фигуру»		зайцы»	ребята»
Заключительная часть	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше-будешь».	«Найди и промолчи»	«Подарки»

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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 музыкальных играх</p>				
Вводная часть	<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 с выполнением заданий, челночный бег</p>			
ОРУ	С кубиком	С верёвкой	С мячом	С обручем
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске(40см). 2. Прыжки в длину с места 3. Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) 4. Ходьба по гимна. скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. 2. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед – ноги на вису 3. Прыжки через веревочку (две ноги с боку – одна в середине) 4. Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)</p>	<p>1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком 3. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» 4. Перебрасывание мяча снизу друг другу 5. Кружение парами</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мяча в вертикальную цель 4. Пролезание в обруч правым и левым боком</p>
Подвижные	«Медведи и пчёлы»	«Ловишки парами»	«Совушка»	«Хитрая лиса»

игры				
Заключительная часть	«Ножки отдыхают». Массаж стоп мячами ежиками	«Зимушка-зима».	«Затейники»	«Две ладошки»

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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>				
Вводная часть	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			
ОРУ	С палкой	На скамейках	Без предметов	На скамейках
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком приставным шагом 2. Прыжки в длину с разбега 3. Отбивание мяча правой и левой рукой 4. Ползание попластунски 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 гимнастической 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
Подвижные игры	«Мороз красный нос»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка»
Заключительная часть	«Самомассаж»	«Найди и	«Море волнуется»	«Стоп»

ная часть	лица, шеи, рук	промолчи»		
-----------	----------------	-----------	--	--

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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	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			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С обручем	Без предметов
Основные виды движений	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-медвежьи 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
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Карусель»	«Удочка»
Заключительная часть	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: 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>				
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 короткой скакалкой	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдале набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 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
Подвижные игры	«Медведь и пчёлы»	«Удочка»	«Карусель»	«Горелки»
Заключительная часть	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Парашют»	«Кто ушел»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: 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				
Вводная часть	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			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С кольцом
Основные виды движений	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
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Гуси- лебеди»	«Пожарные на учении»	«Совушка»
Заключительная часть	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь- дальше будешь»

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА
СЕНТЯБРЬ**

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх				
Вводная часть	Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, бег до одной минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и быстром темпе.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С палкой
Основные виды движений	<p>1. Ходьба с перешагиванием через кубики, через мячи.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд, 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 двух ногах «Достань до предмета» (4-6 раз).</p> <p>2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка.</p> <p>3. Ползание по гимнастической 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 руками из-за головы.</p>	<p>1. Пролезание в обруч в группировке, боком, прямо.</p> <p>2. Перешагивание через бруски с мешочком на голове.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с мешочками между коленями и ходьба «Пингвин».</p>	<p><i>Игровые задания.</i></p> <p>1. Быстро в колонну.</p> <p>2. Пингвин.</p> <p>3. Не промахнись (кегли, мешки).</p> <p>4. По мостику (с мешочком на голове).</p> <p>5. Мяч о стенку.</p> <p>6. Достань до колокольчика.</p>
Подвижные игры	"Ловишки"	"Совушки"	"Удочка"	"Не попадись"
Заключительная часть	"У кого мяч?"	"Найди и промолчи"	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному, выполняя задания для рук

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности

Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки), проявляет активность в подвижных играх; самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет закаливающие и гигиенические процедуры.				
Вводная часть	Перестроение в колонну по одному и по два, ходьба и бег враспынную, бег до одной минуты с перешагиванием через бруски; ходьба, по сигналу поворот в другую сторону, на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предмета	С обручем	На гимн. скамейке	С мячом
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком.</p> <p>3. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывание друг другу руками из-за головы.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине приседание, встать и пройти дальше.</p>	<p>1. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Переползание через препятствие.</p> <p>3. Метание в горизонтальную цель левой и правой рукой.</p> <p>4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь</p>	<p>1. Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком).</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см).</p> <p>3. Перелезание с преодолением препятствия.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот, приседание, перешагивание через мяч.</p>	<p><i>Игровые задания.</i></p> <p>1. «Попади в корзину»</p> <p>2. «Проползи – не задень».</p> <p>3. «Не упади в ручей».</p> <p>4. «На одной ножке по дорожке».</p> <p>5. «Ловкие ребята» (с мячом).</p> <p>6. «Перешагни – не задень».</p>
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	"Совушка"	"Летает не летает"	"Удочка"
Заключительная часть	«Найди и промолчи»	"Эхо"	"Летает- не летает"	Ходьба в колонне по одному

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, перестроение в колонну), проявляет активность в подвижных играх.				
Вводная часть	Перестроение в шеренгу, колонну, повороты направо, налево, ходьба с высоким подниманием коленей, бег врассыпную, между кеглями, с изменением направления движения, перестроение в колонну по два и по три, ходьба и бег в чередовании с выполнением фигур			
ОРУ	Без предметов	С короткой скакалкой	С кубиками	Без предметов
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перекладыванием маленького мяча из правой руки в левую перед собой 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями, по два прыжка на правой и левой ногах. 3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу; из-за головы. 4. Ходьба на носках, руки за голову, между набивными мячами	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками. 2. Ведение мяча с продвижением вперёд 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени	1. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 3. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4. Игра «Волейбол» (двумя мячами)	<i>Игровые задания:</i> 1 «Брось и поймай». 2 «Высоко и далеко». 3 «Ловкие ребята» (прыжки через препятствие и на возвышение).
Подвижные	"Угадай чай"	"Мышеловка"	"Перелёт птиц"	"Удочка"

игры	голосок"			
Заключительная часть	"Угадай по голосу"	"Съедобное-не съедобное"	Ходьба в колонне по одному	"У кого мяч?"

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: владеет доступными своему возрасту основными движениями (ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в 3 колонны, подпрыгивание на двух ногах, подбрасывание мяча вверх); проявляет активность при участии в подвижных играх.</p>				
Вводная часть	Бег и ходьба между предметами, построение в шеренгу, проверка осанки, по кругу с поворотом в другую сторону, на сигнал «Сделать фигуру». Ходьба в полуприседе, широким шагом.			
ОРУ	В парах	Без предметов	С мячом	Без предметов
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной на гимнастической стенке, спуск по гимнастической стенке.</p> <p>2. Ходьба по наклонной доске боком, приставным шагом.</p> <p>3. Перешагивание через бруски, шнур, справа и слева от него.</p> <p>4. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы, стоя на коленях</p>	<p>1. Перебрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка.</p> <p>2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге до обозначенного места.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке до верха.</p> <p>2. Лазание разными способами, не пропуская реек.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг</p>	<p><i>Игровые задания:</i></p> <p>1. Перепрыгивание между препятствиями.</p> <p>2. Подбрасывание и прокатывание мяча в различных положениях.</p> <p>3. «Ловкие обезьянки» (лазание).</p> <p>4. «Акробаты в цирке».</p> <p>5. «Догони пару».</p> <p>6. Бросание мяча о стенку.</p>

			другу двумя руками снизу с хлопком перед ловлей	
Подвижные игры	"Хитрая лиса"	"Салки с ленточкой"	"Лягушки и цапли"	"Охотники и соколы"
Заключительная часть	"Сделай фигуру"	"У кого мяч?"	"Летает-не летает"	Ходьба в колонне по одному

ЯНВАРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными видами движений (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упражнений).				
Вводная часть	Ходьба и бег между кубиками, положенными в шахматном порядке, по кругу, с перешагиванием через набивные мячи. Ходьба и бег с выполнением заданий.			
ОРУ	С гимн. палкой	С кубиками	Со скакалкой	Без предметов
Основные виды движений	1. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками. 2. Ходьба по наклонной доске (высота 40 см, ширина 20 см). 3. Забрасывание мяча в корзину.	1. Прыжки в длину с места. 2. Ползание под дугами, подталкивая мяч головой. 3. Бросание мяча вверх двумя руками, снизу друг другу, от груди. 4. Пролезание в обруч боком. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове.	1. Лазание по гимнастической стенке одноимённым способом. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Прыжки через шнур - ноги врозь, ноги вместе. 4. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольную корзину.	<i>Игровые задания:</i> 1. Волейбол через сетку. 2. Пас друг другу мячом. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, отбивая мяч об пол. 4. "Точный бросок" 5. "Мой весёлый звонкий мяч"
Подвижные игры	"День и ночь"	"Два мороза"	"Удочка"	"Пауки и мухи"

Заключительная часть	"Найди и промолчи"	"Съедобное-не съедобное"	"Угадай, что изменилось"	Ходьба в колонне по одному
----------------------	--------------------	--------------------------	--------------------------	----------------------------

ФЕВРАЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег враспынную, в колонне по одному, бег до 1,5 минуты с изменением направления движения, ходьба и бег по кругу, проверка осанки и равновесия, построение в три колонны.			
ОРУ	С обручем	С палкой	Без предметов	С мячом
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по наклонной доске, бег, спуск шагом</p> <p>2. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком.</p> <p>3. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы, от груди.</p>	<p>1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.</p> <p>2. Ползание под палку, перешагивание через неё (высота 40см).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через косички.</p> <p>4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками.</p> <p>5. Прыжки в длину с места.</p>	<p>1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за головой.</p> <p>3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.</p>	<p><i>Игровые задания:</i></p> <p>1. Проползи - не урони.</p> <p>2. Ползание на четвереньках между кеглями.</p> <p>3. "Прыгни и присядь"</p> <p>4. "Догони мяч".</p> <p>5. "Мяч через обруч"</p>
Подвижные игры	"Ключи"	"Два мороза"	"Затейники"	"Горелки"
Заключительная	"Зима" (мороз-стоять, выюга-	"Сделай фигуру"	Ходьба в колонне по	Ходьба в колонне по

часть	бегать, снег- кружиться, метель- присесть).		одному.	одному .
--------------	--	--	---------	----------

МАРТ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание под палку, прыжки, метание, подбрасывание мяча), самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры, аккуратно одевается, следит за осанкой при ходьбе; проявляет активность при участии в подвижной игре.				
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, на сигнал поворот в другую сторону, бег с поворотом, перестроение в колонну по одному и в круг. Ходьба мелкими и широкими шагами, перестроение в колонну по три.			
ОРУ	С малым мячом	С флажками	С гимн. палками	Без предметов
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.</p> <p>2. Прыжки из обруча в обруч, через набивные мячи.</p> <p>3. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля двумя руками с хлопком в ладоши.</p> <p>4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</p>	<p>1. Прыжок в высоту с разбега (высота 30 см).</p> <p>2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой.</p> <p>3. Ползание на четвереньках и прыжки на двух ногах между кеглями.</p> <p>4. Ползание по скамейке "по-медвежьему".</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше.</p> <p>2. Прыжки правым и левым боком через косички, из обруча в обруч на одной и двух ногах.</p> <p>3. Метание мешочка в горизонтальную цель.</p> <p>4. Подлезание под дугу не из 4-5 обручей подряд, касаясь руками пола.</p>	<p><i>Игровые задания:</i></p> <p>1. "Кто выше прыгнет"</p> <p>2. "Кто точно бросит"</p> <p>3. "Не урони мешочек"</p> <p>4. "Перетяни к себе"</p> <p>5. "Кати в цель".</p>

Подвижные игры	"Ключи"	"Затейники"	"Волк во рву"	"Горелки"
Заключительная часть	"Кого не стало?"	Ходьба в колонне по одному.	"Угадай по голосу"	Ходьба в колонне по одному.

АПРЕЛЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными видами движения (ходьба по гимнастической скамейке, метание мяча в вертикальную цель, ходьба и бег по кругу, пролезание в обруч, прыжки через скакалку); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (знает предметы санитарии и гигиены); проявляет активность при участии в подвижных играх.				
Вводная часть	Ходьба по одному, ходьба и бег по кругу, врассыпную, с перешагиванием через шнуры, бег до 1 минуты в среднем темпе, ходьба и бег между предметами.			
ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимн. скамейках
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360* на середине. 2. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком. 3. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 4. Подбрасывание маленького мяча одной рукой и ловля двумя после отскока об пол.	1. Прыжки через скакалку и с продвижением вперед. 2. Прокатывание обруча друг другу. 3. Пролезание в обруч. 4. Ползание по скамейке "по-медвежьи". 5. Метание мешочков в вертикальную цель. 6. "Мяч в круг" (футбол с водящим).	1. Лазание по гимнастической стенке одним способом. 2. Прыжки через скакалку. 3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки через шнуры слева и справа, продвигаясь вперед.	<i>Игровые задания:</i> 1. "Сбей кеглю" 2. "Пробеги - не задень" 3. "Догони обруч" 4. "Догони мяч" 5. "Кто быстрее до флажка"
Подвижные игры	"Хитрая лиса"	"Мышеловка"	"Затейники"	Салки с ленточкой
Заключительная	«Сделай	«Кто ушёл?»	«Горелки»	«Снежинки

часть	фигуру»			кружатся
Заключительная часть	Малоподвижная игра "Сделай фигуру"	Малоподвижная игра "Кто ушёл?"	Малоподвижная игра "Стоп"	Малоподвижная игра "Снежинки кружатся"

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
<p>Планируемые результаты: владеет соответствующими возрасту основными видами движениями (прыжки на двух ногах через препятствия, перелезание с преодолением препятствия, прыжки в длину с разбега, пролезание через три обруча); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в подвижных играх.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами, вроссыпную между предметами; бег и ходьба с поворотом в другую сторону.			
ОРУ	С обручем	С мячом	Без предметов	С гимн. палкой
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи лицом, боком. 2. Прыжки с продвижением вперёд, с ноги на ногу, на двух ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола.	1. Прыжки в длину с разбега. 2. Ползание по скамейке "по-медвежьи". 3. Подлезание под дугу. 4. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 5. Забрасывание мяча в корзину (баскетбол).	1. Ходьба по гимнастической скамейке, ударяя мячом о пол и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи по скамейке. 4. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями.	1. Ползание на спине по гимнастической скамейке, отталкиваясь ногами и руками. 2. Перебрасывание мячей друг другу из-за головы. 3. Забрасывание мяча в корзину. 4. Перебрасывание мяча через волейбольную сетку.
Подвижная игра	"Совушка"	"Горелки"	"Мышеловка"	"Охотники и утки"
Заключительная часть	"Что изменилось"	"Эхо"	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук	Ходьба в колонне по одному.

2. Особенности проведения коррекционно-образовательного процесса по физическому развитию

В режиме дня детей с нарушениями зрения можно использовать некоторые формы занятий физическими упражнениями, которые применяются на практике общеобразовательных дошкольных учреждений, однако все формы организации и методика физической культуры в учреждении компенсирующего вида имеют свою специфику.

Организационные формы физической культуры (занятия, утренняя гимнастика, подвижные игры, спортивные упражнения, физкультминутки, физкультурные досуги и праздники, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность детей и др.) имеют коррекционную направленность, предполагающую создание условий для исправления или ослабления недостатков психофизического развития детей, стимулирования компенсаторных процессов их развития средствами физической культуры, охрану зрения и формирование положительных двигательных качеств. С целью предупреждения и преодоления у детей отклонений в физическом развитии в двигательной сфере применяется комплексный подход к развитию физических и зрительных возможностей и установлена взаимосвязь с лечебно-восстановительным процессом.

Занятия физической культурой – основная форма организации физического воспитания детей с нарушениями зрения, которые проводятся в соответствии с требованиями программ детского сада по показаниям врача-офтальмолога.

Методы и приемы работы.

Методика проведения занятий должна учитывать специфические особенности детей. Чем ниже острота зрения у детей, тем более активно должны включаться сохранные анализаторы в процессе познания окружающего мира. Необходимо показывать упражнения с близкого расстояния, а для детей с низкой остротой зрения повторять их по нескольку раз. Иногда следует, взяв ребенка за руку, двигаться вместе с ним, чтобы он ощутил ритм.

Наглядные пособия должны изготавливаться с учетом общеобразовательных задач и лечебно-офтальмологических требований (достаточно крупный размер, яркие цвета, контрастный фон, расположение на уровне глаз ребенка).

В обучении дошкольников с нарушениями зрения наряду с методом наглядности следует выделить роль словесного метода. В связи с тем, что у воспитанников довольно часто наблюдается рассеянность, расторможенность, замедленность восприятия, надо уделять серьезное внимание точности, лаконичности инструкций, рассказу инструктора по физической культуре, поэтапности преподавания заданий, состоящих из нескольких последовательных действий.

Одним из важных направлений коррекционно-воспитательной работы является взаимосвязь ее с лечебно-восстановительной работой.

Необходимо все виды детской деятельности использовать для активизации и восстановления зрительных функций и коррекции зрительных нарушений.

В период прямой окклюзии многие дети оказываются в положении слабовидящих, а иногда и частичновидящих. Такое дискомфортное положение создает свои специфические трудности у детей при выполнении различных заданий. Педагог должен хорошо представлять зрительные возможности ребенка в этот период лечения и правильно организовывать воспитательный процесс (доступные упражнения, показ осуществляется в поле зрения работающего глаза, обеспечена необходимая страховка и помощь при выполнении упражнений).

Большие потенциальные возможности для лечения и воспитания заложены в игре. Именно в игре эффективно укрепляется зрение в связи с произвольностью, свободой всех действий ребенка. Педагог, немного изменяя или дополняя правила игры, создает условия для развития зрительных функций (ситуации выбора цвета, формы, размера, ориентировки, требующие глазомера, тренирующие прослеживающую функцию глаз, развивающую координацию, равновесие и т.д.).

Ведущая роль на физкультурном занятии принадлежит инструктору по физической культуре, но неотъемлемым условием качественного проведения занятия является активность воспитателя.

При проведении занятий инструктор по физической культуре должен учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка (его здоровье, уровень развития, эмоциональное состояние, интересы), руководствоваться рекомендациями врача ортопедиста. Дети специальной группы имеют ограничения в двигательной сфере.

3. Взаимодействие с родителями воспитанников.

В соответствии с новым законом «Об образовании в Российской Федерации» одной из основных задач, стоящим перед детским дошкольным учреждением является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития личности ребёнка». Разработан новый федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОСДО), который отвечает новым социальным запросам и в котором большое внимание уделяется работе с семьей.

Детский сад сегодня находится в режиме развития, а не функционирования, представляет собой мобильную систему, быстро реагирует на изменения социального состава родителей, их образовательные потребности и воспитательные запросы. В зависимости от этого меняются формы и направления работы детского сада с семьей в вопросах физического воспитания дошкольников.

Цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений участников образовательных отношений в вопросах физического развития.

Принцип единства с семьей.

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Поэтому оказывается необходимая помощь родителям, привлекаем их к участию в совместных физкультурных мероприятиях — физкультурные досуги и праздники.

В работу по физическому развитию детей родители вовлекаются поэтапно.

На первом этапе выявляется уровень осведомленности родителей в вопросах физического развития и оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду, через проведение анкетирования.

Принцип единства с семьей.

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Поэтому оказывается необходимая помощь родителям, привлекаем их к участию в совместных физкультурных мероприятиях — физкультурные досуги и праздники.

В работу по физическому развитию детей родители вовлекаются поэтапно.

На первом этапе выявляется уровень осведомленности родителей в вопросах физического развития и оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду, через проведение анкетирования (приложении 13).

Принцип единства с семьей.

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Поэтому оказывается необходимая помощь родителям, привлекаем их к участию в совместных физкультурных мероприятиях — физкультурные досуги и праздники.

В работу по физическому развитию детей родители вовлекаются поэтапно.

На первом этапе выявляется уровень осведомленности родителей в вопросах физического развития и оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду, через проведение анкетирования (приложении 13).

Принцип единства с семьей.

Правильно воспитывать здорового ребенка можно лишь тогда, когда соблюдаются единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Поэтому оказывается необходимая помощь родителям, привлекаем их к участию в совместных физкультурных мероприятиях — физкультурные досуги и праздники.

В работу по физическому развитию детей родители вовлекаются поэтапно.

На первом этапе выявляется уровень осведомленности родителей в вопросах физического развития и оздоровления детей, отношения родителей к занятиям физической культурой в детском саду, через проведение анкетирования (приложении 13).

Второй – составления плана работы с родителями на учебный год. (приложение 12).

На третьем - знакомят родителей с данными о состоянии детей и мероприятиях по решению задач сохранения и укрепления здоровья.

На четвертом – устанавливаются партнерские отношения между инструктором по ФК, педагогами и родителями с целью организации различных мероприятий посредством физической культуры. Организуя взаимодействие с семьей по вопросам физического воспитания детей применяются следующие формы работы:

Анкетирование, опросники

Этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.

Родительские собрания

Это действенные формы работы с родителями, знакомящие с задачами и методами физической культуры (с учетом возрастных особенностей воспитанников); Беседа – наиболее доступная и эффективная форма установления связи инструктора по ФК с семьей, во время которых обмениваются мнениями или оказывают родителям своевременную помощь.

Групповые, индивидуальные и тематические консультации.

Организуются с целью получения ответов на интересующие родителей вопросы. С учетом специфики работы специалиста, невозможности ежедневного общения с родителями наиболее приемлемыми являются наглядно-информационные формы работы, с целью обогащения знаний родителей. Общение с родителями здесь не прямое, а опосредованное.

1. Информационные стенды – информация о программах по физической культуре, используемых в детском саду; перечень рекомендуемой литературы, игр и упражнений, которые можно делать в домашних условиях и др.

2. Папки – передвижки – знакомящие родителей с системой по оздоровлению дошкольников; информация о том чему можно научить ребенка в определенном возрасте. Рекомендации, практические советы.

- разработка памяток и рекомендаций по различным направлениям развития детей;

- привлечение родителей к изготовлению пособий, атрибутов к праздникам;

- проведение индивидуальных бесед в моменты прихода и ухода родителей;

- индивидуальное консультирование.

3. Фоторепортажи «Я научился!» организуются педагогами групп совместно с инструктором по ФК.

Совместные физкультурные праздники и развлечения

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года согласно перспективному плану инструктора по ФК. Основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. Участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Совместные физкультурные занятия родителей с детьми

Дети особенно восприимчивы к положительному примеру родителей. Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и играми в домашних условиях с учетом индивидуальности ребенка, у детей формируется положительное отношение к занятиям физической культурой.

Совместные физкультурные занятия учат общаться друг с другом, повышают эмоциональный настрой, в конечном счете, сплачивают семьи.

III Организационный раздел

1. Материально-техническое обеспечение.

Спортивный зал: Общая площадь спортивного зала – 61,0 м

Оборудование и инвентарь спортивного зала для детей:

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

1. Флажки цветные 40шт
2. Платочки цветные 20х20 30 шт
3. Ленты разноцветные 30см 30шт
4. Кегли высота 25 см 10шт
5. Кубики пластмассовые 7х7 см
6. Мячи резиновые диаметр диаметр 6-8 см 20 шт; резиновые диаметр 20 см 15шт
7. Мячи сухого бассейна 100шт
8. Обручи диаметр 54 см 20шт; Обручи диаметр 15-20см (плоские пластмассовые) - 3шт
9. Мешочки с песком длина 10-12, ширина 6-8см, масса 150-200г 12шт
10. Погремушки 15 шт
11. Шишки еловые (сосновые) 20-30шт
12. Шнуры короткие длина 75 см 15шт
13. Ковровая дорожка длина 400-600-800 1-2 шт
14. Стойки высота 40см 20шт
15. Гимнастическая доска длина 200-250 см, ширина 30-25, толщина 3-5см 1 шт
16. Наклонная доска длина 250см, ширина 30-25 2 шт
17. Гимнастическая скамейка длина 250-300, ширина верхней доски 20-30, ширина нижней доски 10-15 2шт
18. Доска ребристая длина 250 см, ширина 30, расстояние между рейками 6-7см. 1 шт
19. Воротца пластмассовые высота 50-60см, ширина между стойками 54см.
20. Лесенка-стремянка высота 150см, ширина пролета 100, расстояние между перекладинами 12-15 см, диаметр перекладины 2 1 шт
21. Палки гимнастические пластмассовые длина 70см-15шт
22. Баскетбольные кольца 2 шт.
23. Оборудование ТИССА 1 к-т
24. Мяч баскетбольный 2шт
25. Мяч волейбольный 1шт
26. Фитболы 2шт
27. Ракетки для бадминтона 10к-тов
28. Волейбольная сетка 1 шт.
29. Массажные мячи 12 шт
30. Маски для сюжетных игр 1 комплект.
31. Кубики пластмассовые 50шт
32. Игрушки.
33. Массажная дорожка 1к-т
34. Гантели по 1 кг – 14 пар
35. Гантели 300 гр – 14 пар.
36. Магнитофон
37. АУДИО кассеты
38. Диски CD.

