

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА
ДЕТСКИЙ САД №32 «БРУСНИЧКА»

СОГЛАСОВАНА

на педагогическом совете № 01
от 31.08.2023 протокол № 01

УТВЕРЖДАЮ

Исполняющий обязанности
заведующего
МАДОУ г. Нижневартовска
ДС №32 «Брусничка»
_____ И.В. Дементьева
приказ от 31.08.2023 № 477

**РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
НА 2023 – 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД
ПО РЕАЛИЗАЦИИ РАЗДЕЛА
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ЛЕТ ДО ПРЕКРАЩЕНИЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

Составитель:
Инструктор
по физической культуре
Курнашова Н.А.

Содержание

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цели и задачи реализации Программы	5
1.3. Принципы и подходы к формированию Программы	7
1.4. Значимые характеристики физического развития детей дошкольного возраста	10
1.5. Планируемые результаты освоения Программы	11
1.5.1. Особенности организации педагогической диагностики и мониторинга	12
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	15
2.1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ✓ Двигательная деятельность ✓ Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами	15
2.1.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие» для детей от 3 до 4 лет	21
2.1.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие» для детей от 4 до 5 лет	23
2.1.3. Содержание образовательной области «Физическое развитие» для детей от 5 до 6 лет	27
2.1.4. Содержание по образовательной области «Физическое развитие» для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений	31
2.2. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья	36
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	38
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.	39
2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	40
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	42
3.1. Материально - техническое обеспечение Программы	42
3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	44
3.3. Психолого – педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.	45
3.4. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды.	46
3.5. Режим дня и распорядок	48
3.6. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.	49
Приложение 1. Годовой календарный учебный график.	51
Приложение 2. Учебный план, объем недельной образовательной нагрузки.	53
Приложение 3. Расписание занятий.	54

Приложение 4. Комплексно тематическое планирование.	55
Приложение 5. Лексические темы для группы компенсирующей направленности для детей с тяжелым нарушением речи	57
Приложение 6. Примерная циклограмма детских праздников	58
Приложение 7. Перспективный план образовательной деятельности по разделу «Двигательная активность» для детей от 3 лет до прекращения образовательных отношений	61
Приложение 8. Перспективный план работы с детьми с тяжелыми нарушениями речи для детей от 5 до 6 лет	138
Приложение 9. «Оценка физической подготовленности дошкольников»	148

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ СОКРАЩЕНИЯ

Вариативная часть — часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений.

ДО – дошкольное образование.

ДОО – дошкольная образовательная организации

Закон об образовании – Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

КРР – коррекционно-развивающая работа.

НОО – начальное общее образование.

НС – несоответствие образовательной программы дошкольной образовательной организации обязательному минимуму содержания, заданному в Федеральной программе.

ОВЗ – ограниченные возможности здоровья.

ООП – особые образовательные потребности.

ПДР – пространство детской реализации

План – Федеральный календарный план воспитательной работы.

Программа – образовательная программа дошкольного образования, разработанная в организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Программа воспитания – Федеральная рабочая программа воспитания.

ПС – Полное соответствие образовательной программы дошкольной образовательной организации обязательному минимуму содержания, заданному в Федеральной программе.

РПВ – рабочая программа воспитания ДОО.

РАС – расстройство аутистического спектра.

РППС – развивающая предметно-пространственная среда.

СанПиН – санитарные правила и нормы.

УМК – учебно-методический комплект.

ФАОП ДО – Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования.

ФГОС ДО – Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

ФОП ДО или Федеральная программа – Федеральная образовательная программа дошкольного образования.

ЧБД – часто болеющие дети.

ЧС – Частичное соответствие образовательной программы дошкольной образовательной организации обязательному минимуму содержания, заданному в Федеральной программе.

ПЕРЕЧЕНЬ НОРМАТИВНЫХ ПРАВОВЫХ АКТОВ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОО:

Федеральные документы:

1. Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей, 1990.
2. Декларация прав ребенка. Детский фонд ООН ЮНИСЕФ, 1959.
3. Декларация тысячелетия Организации Объединенных Наций. Принята Резолюцией 55/2 Генеральной Ассамблеей от 8 сентября 2000 года.
4. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).
5. Указ Президента РФ от 07 мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
6. Указ Президента РФ от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства».
7. Указ Президента РФ от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
8. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
9. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
10. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
11. Федеральный закон от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
12. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
13. Постановление Правительства РФ от 14 мая 2015 г. № 466 «О ежегодных основных удлиненных оплачиваемых отпусках».
14. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 „Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи“».
15. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 „Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения“».
16. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 „Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
17. Постановление Правительства РФ от 21 февраля 2022 г. № 225 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций».

18. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
19. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
20. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26 августа 2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел „Квалификационные характеристики должностей работников образования».
21. Приказ Министерства образования и науки России от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».
22. Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
23. Приказ Министерства труда России от 18 октября 2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта „Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)“».
24. Приказ Министерства образования и науки России от 13 января 2014 г. № 8 «Об утверждении примерной формы договора об образовании по образовательным программам дошкольного образования».
25. Приказ Министерства образования и науки России от 22 декабря 2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».
26. Приказ Министерства образования и науки России от 11 мая 2016 № 536 «Об утверждении Особенности режима рабочего времени и времени отдыха педагогических и иных работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность».
27. Приказ Министерства просвещения России от 15 мая 2020 г. № 236 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования».
28. Приказ Министерства просвещения России от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам дошкольного образования».
29. Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования».
30. Приказ Министерства просвещения России от 24 марта 2023 г. № 196 «Об утверждении Порядка проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность».
31. Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 19.10.2022 № 10-П-2278 «О признании образовательных организаций Ханты-Мансийского автономного округа – Югры региональными инновационными площадками».

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.1 Общие положения

Образовательная деятельность муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Нижневартовска детского сада №32 «Брусничка» (далее МА-ДОУ) направлена на создание условий для реализации гарантированного гражданам Российской Федерации права на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования в соответствии с пунктом 3 статьи 8 Федерального Закона от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Программа разработана в соответствии с основными нормативно – правовыми документами дошкольного образования:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
- Федеральный закон от 24 сентября 2022 года № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного - образовательного стандарта дошкольного образования» (с изменениями и дополнениями) далее – ФГОС ДО.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 «Об утверждении Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в - Российской Федерации на период до 2025 года».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945 - р «Об утверждении Плана мероприятий по - реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Зарегистрирован 29.01.2021 № 62296) далее – СанПиН 1.2.3685-21.
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 санитарные правила «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрирован Минюстом России 18.12.2020 № 61573) далее – СП 2.4.3648-20.

Федеральная образовательная программа дошкольного образования (далее - Федеральная программа) разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809).

Основопологающие **функции дошкольного уровня образования:**

- 1) **обучение и воспитание** ребёнка дошкольного возраста как **гражданина Российской Федерации**, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на соответствующем его возрасту содержании доступными средствами;
- 2) создание **единого ядра содержания дошкольного образования** (далее - ДО), ориентированного на приобщение детей к традиционным духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и ува-

жающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

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

Программа определяет единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые воспитанниками в ДОУ.

Программа, обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям (образовательным областям): социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие (ФГОС ДО).

Программа МАДОУ, в соответствии с ФГОС ДО, включает в себя три основных раздела, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений (вариативная часть). Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Целевой раздел определяет общее назначение, цели, задачи принципы её формирования; планируемые результаты освоения Федеральной программы в младенческом, раннем, дошкольном возрастах, а также на этапе завершения освоения Федеральной программы; подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов в соответствии с требованиями Стандарта и учитывающие региональные, национальные и этнокультурные особенности.

Содержательный раздел включает задачи и содержание образовательной деятельности по каждой из образовательных областей для всех возрастных групп обучающихся (социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие). В нем представлены описания вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы; особенностей образовательной деятельности разных видов и культурных практик и способов поддержки детской инициативы; взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся; направления и задачи коррекционно-развивающей работы (далее - КРР) с детьми дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями (далее - ООП) различных целевых групп, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) и детей-инвалидов.

В содержательный раздел программы входит **рабочая программа воспитания**, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы, предусматривает приобщение детей к **российским традиционным духовным ценностям**, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе.

Организационный раздел включает описание психолого-педагогических и кадровых условий реализации программы; организации развивающей предметно-пространственной среды (далее - РППС) в МАДОУ; материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Раздел включает примерные перечни художественной литературы, музыкальных произведений, произведений изобразительного искусства для использования в образовательной работе в разных возрастных группах, а также примерный перечень рекомендованных для семейного просмотра анимационных произведений.

В разделе представлены примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах, федеральный календарный план воспитательной работы.

Объем обязательной части образовательной программы составляет не менее **60%** от общего объема программы. Часть, формируемая участниками образовательных отношений, составляет не более **40%** (ориентирована на специфику национальных, социокультурных и иных условий, в том числе региональных, в которых осуществляется образовательная деятельность; сложившиеся традиции МАДОУ).

В соответствии с п.2.12. приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного обра-

зовательного стандарта дошкольного образования» **часть программы, формируемая участниками образовательных отношений**, представлена выбранными участниками образовательных отношений парциальных и авторских программ:

1. «Основы безопасности детей дошкольного возраста» автор Р. Б. Стеркина, О. Л. Князева, Н. Н. Авдеева;
2. «Экология для малышей» автор Е.В. Гончарова;
3. «Социокультурные истоки» программа духовно-нравственного развития, автор И.А. Кузьмин;
4. «Азбука финансовой грамотности» на основе программы «Экономическое воспитание дошкольников: формирование предпосылок финансовой грамотности» созданной Министерством образования Российской Федерации при участии Банка России;
5. Технологии авторских игр по интеллектуальному развитию автор В.В. Воскобович;
6. «Юный шахматист» автор: И.Г. Сухин;
7. «Ладушки» автор И. Каплунова;
8. «Образовательной программой дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» автор Н.В. Нищева;

Режим работы дошкольной организации пятидневный, с 12 часовым пребыванием детей с 7.00 до 19.00.

Программа реализуется в течении всего времени пребывания детей в дошкольной организации – 12 часов.

Образовательную деятельность МАДОУ г.Нижневартовска ДС №32 «Брусничка» осуществляет на основании лицензии № 1794 от 09.12.2014.

1.2. Цели и задачи по реализации программы.

Целью Программы является проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.

Эта цель реализуется в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения. Программа, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, учитывает разнообразие мировоззренческих подходов, способствует реализации права детей дошкольного возраста на свободный выбор мнений и убеждений, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Цели Программы достигаются через решение следующих **задач**:

1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.
2. Обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса.
3. Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром.
4. Объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества.
5. Формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности.

6. Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей.

7. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

8. Обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

Задачи образовательной области «Физическое развитие»

Физическое развитие Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Для детей от 3 до 4 лет	Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости; Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя;
Для детей от 4 до 5 лет	Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
Для детей от 5 до 6 лет	Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений); Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; Развивать творчества в двигательной деятельности; Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую

	<p>выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.</p> <p>Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.</p> <p>Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.</p>
<p>Для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений</p>	<p>Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.</p> <p>Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;</p> <p>Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;</p> <p>Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;</p> <p>Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость-координацию движений.</p> <p>Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p>Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.</p>

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

В основе реализации Программы лежат основные подходы:

- культурно-исторический;
- деятельностный;
- личностный.

Данные подходы предполагают **принципы** построения Программы:

<p>Поддержка разнообразия детства</p>	<p>Российская Федерация – государство с огромной территорией, разнообразными природными условиями, объединяющими многочисленные культуры, народы, этносы. Возрастающая мобильность в обществе, экономике, образовании, культуре требует от людей умения ориентироваться в этом мире разнообразия, способности сохранять свою идентичность и в то же время гибко, позитивно и конструктивно взаимодействовать с другими людьми, способности выбирать и уважать право выбора других ценностей и убеждений, мнений и способов их выражения. Принимая вызовы современного мира, Программа рассматривает разнообразие как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. ДОУ выстраивает образовательную деятельность с учетом специфики региона ХМАО-Югра, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.</p>
--	--

Сохранение уникальности и самооценности детства	Самоценность детства – понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот этап является подготовкой к последующей жизни. Этот принцип подразумевает полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного детства), обогащение (амплификацию) детского развития.
Позитивная социализация	Этот принцип предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.
Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых и детей	Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.
Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений	Этот принцип предполагает активное участие всех субъектов образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений. Детям предоставляется возможность высказывать свои взгляды, свое мнение, занимать позицию и отстаивать ее, принимать решения и брать на себя ответственность в соответствии со своими возможностями.
Сотрудничество Организации с семьей	Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы. Сотрудники Организации должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей как в содержательном, так и в организационном планах.
Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами	Программа предполагает, что Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать обогащению социального и/или культурного опыта детей, приобщению детей к национальным традициям (посещение театров, музеев, освоение программ дополнительного образования), к природе и истории родного края; содействовать проведению совместных проектов, экскурсий, праздников, посещению концертов, а также

	удовлетворению особых потребностей детей, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости (центры семейного консультирования и др.).
Индивидуализация дошкольного образования	предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и возрастно-психологические особенности. При этом сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, разных форм активности. Для реализации этого принципа необходимы регулярное наблюдение за развитием ребенка, сбор данных о нем, анализ его действий и поступков; помощь ребенку в сложной ситуации; предоставление ребенку возможности выбора в разных видах деятельности, акцентирование внимания на инициативности, самостоятельности и активности ребенка.
Возрастная адекватность образования	Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей. Важно использовать все специфические виды детской деятельности (игру, коммуникативную и познавательно-исследовательскую деятельность, творческую активность, обеспечивающую художественно-эстетическое развитие ребенка), опираясь на особенности возраста и задачи развития, которые должны быть решены в дошкольном возрасте. Деятельность педагога должна быть мотивирующей и соответствовать психологическим законам развития ребенка, учитывать его индивидуальные интересы, особенности и склонности.
Развивающее вариативное образование	Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.
Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей	В соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т.п. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.
Инвариантность цен-	Реализация Программы обеспечивается на основе вариативных

ностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы	форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям Стандарта и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).
<ul style="list-style-type: none"> • Программа сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости; • обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников; • строится с учетом в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей; • основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; • предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования; • строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой. 	

1.4. Значимые характеристики физического развития детей дошкольного возраста

Младший дошкольный возраст (3-4 года).

В этот период высока потребность ребёнка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребёнок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

Средний дошкольный возраст (4-5 лет).

Возросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дети испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными и капризными.

Старший дошкольный возраст (5-6 лет).

Более совершенной становится крупная моторика. Ребёнок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более порывистые, у девочек - мягкие, плавные, уравновешенные), в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка.

Старший дошкольный возраст (от 6 лет до прекращения образовательных отношений)

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребёнка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребёнок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

К четырем годам ребенок:

- Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

К пяти годам ребенок:

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

К шести годам ребенок:

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

К окончанию образовательных отношений и поступлению в школу:

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает

своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.

1.5.1. Особенности организации педагогической диагностики и мониторинга

Оценивание качества образовательной деятельности представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование.

Концептуальные основания такой оценки определяются требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», а также Стандарта, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Оценивание качества, т. е. оценивание соответствия образовательной деятельности, реализуемой Организацией, заданным требованиям Стандарта и Программы в дошкольном образовании направлено в первую очередь на оценивание созданных Организацией условий в процессе образовательной деятельности.

Система оценки образовательной деятельности, предусмотренная Программой, предполагает оценивание *качества условий образовательной деятельности*, обеспечиваемых Организацией, включая психолого-педагогические, кадровые, материально-технические, финансовые, информационно-методические, управление Организацией и т. д.

Программой *не предусматривается* оценивание качества образовательной деятельности Организации на основе достижения детьми планируемых результатов освоения Программы.

Целевые ориентиры, представленные в Программе:

- ✓ не подлежат непосредственной оценке;
- ✓ не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- ✓ не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- ✓ не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- ✓ не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения (педагогическую диагностику), связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- карты развития ребенка.

Принципы педагогической диагностики

Педагогическая диагностика осуществляется с учетом ряда принципов, обусловленных спецификой образовательного процесса детского сада.

Принцип объективности означает стремление к максимальной объективности в процедурах и результатах диагностики, избегание в оформлении диагностических данных субъективных оценочных суждений, предвзятого отношения к диагностируемому.

Реализация принципа предполагает соблюдение ряда правил:

- ✓ Соответствие диагностических методик возрастным и личностным особенностям диагностируемых;
- ✓ Фиксация всех проявлений личности ребенка;
- ✓ Сопоставление полученных данных с данными других педагогов, родителей;

✓ Перепроверка, уточнение полученного фактического материала при проведении диагностики;

✓ Постоянный самоконтроль педагога за своими собственными переживаниями, эмоциями, симпатиями и антипатиями, которые часто субъективируют фиксацию фактов; развитие педагогической рефлексии.

Принцип целостного изучения педагогического процесса предполагает:

✓ Для того чтобы оценить общий уровень развития ребенка, необходимо иметь информацию о различных аспектах его развития: социальном, эмоциональном, интеллектуальном, физическом, художественно-творческом. Важно помнить, что развитие ребенка представляет собой целостный процесс, и что направление развития в каждой из сфер не может рассматриваться изолированно. Различные сферы развития личности связаны между собой и оказывают взаимное влияние друг на друга.

Принцип процессуальности предполагает изучение явления в изменении, развитии. Правила, детализирующие принцип процессуальности, состоят в том, чтобы:

✓ не ограничиваться отдельными «срезами состояний», оценками без выявления закономерностей развития;

✓ учитывать половозрастные и социокультурные особенности индивидуально-личностного становления ребенка;

✓ обеспечивать непрерывность изучения диагностируемого предмета в естественных условиях педагогического процесса.

Принцип компетентности означает принятие педагогом решений только по тем вопросам, по которым он имеет специальную подготовку; запрет в процессе и по результатам диагностики на какие-либо действия, которые могут нанести ущерб испытуемому.

Этапы проведения педагогической диагностики

Первый этап – проектировочный. Определяем цели диагностики. В проектировании диагностической деятельности многие педагоги, как правило, решают вопрос, *как* ее осуществлять, пропуская вопросы *что* и, в особенности, *зачем* диагностировать. Между тем, это – основные вопросы. От ответа на них зависит и подбор методов, и анализ результатов, и принятие управленческих решений.

В диагностической деятельности педагога постоянно происходит сравнение результатов оценки развития конкретного ребенка с его же прежними достижениями, или с поведением других детей в настоящее время или в прошлом, или же с описанием поведения какого-то неизвестного нам лица. Это те аспекты сравнения, которые называются в педагогической диагностике *индивидуальной, социальной* или *объективной соотносительной* нормой. Определяем методы диагностики. В педагогической диагностике основными методами выступают включенное наблюдение. Кроме того, используются диагностические ситуации, фактически «провоцирующие» деятельность ребенка, которую хотел бы пронаблюдать педагог.

Второй этап – практический. Проведение диагностики. Для этого необходимо определить ответственных, обозначить время и длительность диагностики, а также способы фиксации результатов (запись в блокноте, на диагностических карточках, и т.д.).

Третий этап – аналитический. Анализ полученных фактов, получение количественных данных. Анализ позволяет установить, *почему* результат того или иного ребенка отличается или не отличается от его прежнего результата, от результатов других детей или же существенно отклоняется от нормы (яркое достижение или большая проблема). На основе анализа определяются причины такого проявления диагностируемого качества.

Педагогу необходимо осознавать, что отклонение полученных результатов от намеченных нормативов не требует стремительного изменения и вмешательства в процесс развития ребенка, а предполагает анализ качества процессов и условий, обеспечивающих эти результаты. Может ли каждый ребенок (или хотя бы большинство детей) достигать описанного в программе высокого уровня (по всему содержанию программы), заданного как идеальный вариант развития? Развитие всегда индивидуально и неравномерно, для педагога важно, прежде всего, замечать и поддерживать ярко проявляющиеся в ребенке хорошие качества, и только потом видеть проблемы развития и помогать их решать.

Четвертый этап – интерпретация данных.

Интерпретация педагогом полученных фактов – основной путь понимания ребенка и прогнозирования перспектив его развития. Любые количественные показатели обладают возможностью их различного толкования, порой диаметрально противоположного.

Пятый этап – целеобразовательный: он предполагает определение актуальных образовательных задач для каждого ребенка и для группы в целом. Результаты диагностики используются преимущественно для обнаружения сильных сторон ребенка и определения перспектив его развития. Полученная в результате диагностики информация и сделанные на ее основе выводы помогают педагогу предположить возможные действия ребенка в разных ситуациях и понять, какие достижения ребенка следует всячески поддержать и развивать дальше, в чем именно требуется оказать этому ребенку помощь.

Искусство педагога как раз заключается в том, чтобы открыть перед каждым ребенком перспективы его развития, показать ему те сферы, где он может проявить себя, достичь больших успехов, черпать силы из этого источника, чтобы в целом гармония личности становилась полноценной, богатой, неповторимой.

Формализованные методы: тесты, опросники, методы проективной техники и психофизиологические методы. Для них характерны определенная регламентация, объективизация процедуры обследования или испытания (точное соблюдение инструкций, строго определенные способы предъявления стимульного материала, невмешательство исследователя в деятельность испытуемого и другое), стандартизация (установление единообразия проведения обработки и представления результатов диагностических экспериментов), надежность и валидность. Эти методики позволяют собрать диагностическую информацию в относительно короткие сроки и в таком виде, который дает возможность количественно и качественно сравнивать полученные результаты.

Малоформализованные методы: наблюдение, беседа, анализ продуктов детской деятельности. Эти методы дают очень ценные сведения о ребенке, особенно когда предметом изучения выступают такие явления, которые мало поддаются объективизации (например, ценностные ориентации, отношение ребенка к различным явлениям) или являются чрезвычайно изменчивыми по своему содержанию (динамика интересов, состояний, настроений и так далее). Следует иметь в виду, что малоформализованные методы очень трудоемки. Только наличие высокого уровня культуры проведения при наблюдении за детьми помогает избежать влияния случайных и побочных факторов на результаты диагностики.

Педагогическая диагностика проводится два раза в год (в сентябре и мае). В проведении диагностики участвуют педагоги. Форма проведения педагогической диагностики преимущественно представляет собой наблюдение за активностью ребенка в различные периоды пребывания в дошкольной образовательной организации, анализ продуктов детской деятельности и специальные педагогические пробы, организуемые педагогом. Данные по обследованию детей будут не только характеризовать промежуточные результаты освоения Программы, но и являются исходным ориентиром для построения образовательной работы с дошкольниками в следующей возрастной группе. Обязательным требованием к построению педагогической диагностики является использование только тех методов, применение которых позволяет получать необходимый объем информации в оптимальные сроки.

Данные о результатах мониторинга заносятся в диагностическую карту - протокол. Критерии, инструментарий и форма протокола используется в соответствии с реализуемыми программами.

По результатам педагогической диагностики педагогами заполняется индивидуальная карта развития ребенка; анализируются полученные результаты, выявляются недостатки, их причины для дальнейшего планирования деятельности. Управленческой командой изучаются представленные педагогами аналитические материалы и планируются шаги по совершенствованию образовательного процесса: организуется контроль за эффективностью педагогических действий педагогов по осуществлению образовательной работы с детьми для выявления причин выявленных недостатков; организуется методическая работа по повышению профессиональной компетентности педагогов. По результатам анализируется взаимосвязь индивидуализации образования детей с характером педагогических действий и качеством

условий организации образовательного процесса, принимаются решения по дальнейшему совершенствованию образовательного процесса – ставятся цели и задачи на следующий учебный год.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Цель: гармоничное физическое развитие и формирование основ здорового образа жизни

Задачи:

- Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие координации и гибкости.
- Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук.
- Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).
- Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.
- Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Основные направления реализации образовательной области

«Физическое развитие»:

1. Двигательная деятельность.
2. Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Направление 1

«Двигательная деятельность»

Цель: гармоничное физическое развитие и формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

- **Оздоровительные**
 - охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
 - всестороннее физическое совершенствование функций организма;
 - повышение работоспособности и закаливание.
- **Образовательные**
 - формирование двигательных умений и навыков;
 - развитие физических качеств;
 - овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.
- **Воспитательные**
 - формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
 - разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)

Направления физического развития:

- *Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:*
 - связанной с выполнением упражнений;
 - направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость;

- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики;
- связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).
 - Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
 - Становление ценностей здорового образа жизни, овладении его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Принципы физического развития:

➤ Дидактические:

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

➤ Специальные:

- непрерывность
- последовательность наращивания тренирующих воздействий
- цикличность

➤ Гигиенические:

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

Средства физического развития:

- Двигательная активность, занятия физкультурой
- Эколого – природные факторы (солнце, воздух, вода)
- Психогигиенические факторы

Методы физического развития:

- **Наглядные** – наглядно-зрительные приемы(показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) наглядно-слуховые задания.
- **Практические** – повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме.
- **Словесные** - объяснения, пояснения, указания, подача команд, распоряжений, сигналов, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, беседа.

Формы работы с детьми

Совместная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность
Дошкольный возраст		
Подвижные игры Утренняя гимнастика Корригирующая гимнастика	Игровые упражнения Гимнастика пробуждения Физкультминутки Подвижные игры	Самостоятельная двигательная игровая деятельность детей Подвижные игры

Физкультминутки Физкультурные упражнения на прогулке Спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования Дополнительные образовательные услуги, секции	Закаливающие процедуры	Физкультурные упражнения на прогулке
--	------------------------	--------------------------------------

Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Солнцева О.В. и др. Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство».

Здоровьесберегающие технологии

<i>Медико-профилактические</i>	<i>Физкультурно-оздоровительные</i>
организация мониторинга здоровья дошкольников	развитие физических качеств, двигательной активности
организация и контроль питания детей физического развития дошкольников	становление физической культуры детей
закаливание	дыхательная гимнастика
организация профилактических мероприятий	массаж и самомассаж
организация обеспечения требований Сан-ПиН	профилактика плоскостопия и формирования
организация здоровьесберегающей среды	правильной осанки
	воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье

Формы работы с детьми

Содержание	Возраст	Совместная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность
<p>1. Основные движения: - ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения</p> <p>3. Подвижные игры</p> <p>4. Спортивные упражнения</p> <p>5. Активный отдых</p> <p>6. Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p>	от 3 до 5 лет	<p>Занятия по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-игровые - тематические - классические - тренирующее <p>В занятиях по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - тематические комплексы - сюжетные - классические - с предметами - подражательный комплекс <p>Физ.минутки Динамические паузы Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения</p>	<p><i>Утренний отрезок времени</i> Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: - классическая - сюжетно-игровая - тематическая - полоса препятствий Подражательные движения <i>Прогулка</i> Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна: - коррекционная - оздоровительная - сюжетно-игровая - полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья (ср. гр.) Дидактические игры, личный пример, иллюстративный материал</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения Сюжетно-ролевые игры</p>

<p>2. Основные движения: - ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2.Общеразвивающие упражнения</p> <p>3.Подвижные игры</p> <p>4.Спортивные упражнения</p> <p>5.Спортивные игры</p> <p>6.Активный отдых</p> <p>7. Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p>	<p>от 5 лет до прекращения образовательных отношений</p>	<p>Занятия по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические - классические - тренирующее - по развитию элементов двигательной креативности (творчества)</p> <p>В занятиях по физическому воспитанию: - сюжетный комплекс - подражательный комплекс - комплекс с предметами</p> <p>Физ.минутки Динамические паузы Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья</p>	<p><i>Утренний отрезок времени</i> Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: - классическая - игровая - полоса препятствий - музыкально-ритмическая - аэробика (подгот. гр.) Подражательные движения <i>Прогулка</i> Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна - оздоровительная - коррекционная - полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники, иллюстративный материал День здоровья Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, досуг.</p>	<p>Подражательные движения Дидактические, сюжетно-ролевые игры</p>
--	--	--	--	--

Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Солнцева О.В. и др. Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство».

Образовательная область	
Формы взаимодействия с семьями воспитанников Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники и родителями по разработанным критериям. Ознакомление родителей с результатами диагностики. • Посещение детей на дому с целью анализа условий для проведения физкультурно-оздоровительной работы в семье и определения путей улучшения здоровья каждого ребенка. • Формирование банка данных об особенностях развития и медико-гигиенических условиях жизни ребенка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми. • Создание в дошкольном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей (зоны физической активности, закалывающие процедуры, массаж и т.п.). • Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни: выполнение общегигиенических требований; рациональный режим дня; полноценное сбалансированное питание; закаливание и т.д. внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: проведение викторин, фото- и видео- конкурсов на лучший спортивный уголок в семье, на самую интересную спортивную или подвижную игру с участием детей и взрослых членов семьи и т.п. • Самодеятельное издание информационных листков и газет с целью освещения и пропаганды опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга. • Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учетом преобладающих запросов родителей и на основе связи ДОО с детской поликлиникой. • Организация консультативного пункта для родителей в ДОО для Профилактики и коррекции ранних отклонений в состоянии здоровья ребенка. • Подбор индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия и т.д. (для ежедневного выполнения дома с детьми). • Проведение дискуссий с элементами практикума по вопросам физического воспитания детей. • Проведение Дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов для знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОО. • Определение приоритетных направлений по оздоровлению детей в ДОО (физиотерапевтический кабинет, физкультурный зал и т.п.). С целью более полного удовлетворения запросов родителей. • Разработка и обеспечение индивидуальной программы формирования и укрепления здоровья каждого ребенка в рамках взаимодействия дошкольного учреждения и семьи. • Создание и поддержание традиций проведения совместно с родителями спортивных соревнований, праздников, досугов, Дней здоровья.

Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Солнцева О.В. и др. Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство».

В области физического развития ребенка основными **задачами образовательной деятельности** являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка. Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости,

правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма. Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, заниматься другими видами двигательной активности.

2.1.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию для детей от 3 до 4 лет

По мере накопления двигательного опыта у малышей формируются следующие новые двигательные умения:

- ✓ строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
- ✓ начинать и заканчивать упражнения по сигналу;
- ✓ сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление;
- ✓ ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног;

- ✓ бегать, не опуская головы;
- ✓ одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях;
- ✓ ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди;
- ✓ отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цели;
- ✓ подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола;
- ✓ лазать и перелезть по лесенке-стремянке (высота 1,5 м) уверенно;
- ✓ лазать по гимнастической стенке приставным шагом.

Основные движения

Педагог создает условия и побуждает детей к выполнению следующих упражнений.

Ходьба и упражнения в равновесии: ходьба обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра (стайкой, в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам); с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба мейаду линиями, шнурами, по доске (длина 2—3 м, ширина 20 см); то же с перешагиванием предметов (ширина 10—15 см), рейки лестницы; ходьба по наклонной доске (ширина 30—35 см, приподнята на 20 см).

Бег: «стайкой», в рассыпную, в колонне по одному, парами, по прямой и «змейкой», с остановками, между предметами, с ускорением и замедлением (с изменением темпа); бег на скорость (15—20 м), в медленном темпе.

Прыжки: на месте, с продвижением вперед (2—3 м), из круга в круг, вокруг предметов и между ними; прыжки в глубину (20—25 см); прыжки в длину с места (до 50 см); прыжки в высоту с места: через линию, шнур, предмет (высота 5 см).

Катание, бросание, ловля: катание мяча двумя руками друг другу (расстояние 1,5 м), под дуги (ширина 50—60 см), между предметами; ловля мяча, брошенного взрослым (расстояние 70—100 см); бросание мяча вверх, отбивание мяча об пол 2—3 раза подряд; метание предметов на дальность (не менее 2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1—1,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 1,5—2 м).

Ползание и лазание: ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3—6 м), «змейкой» между предметами (4—5 предметов), по наклонной доске; подлезание под скамейку (прямо и боком), под дуги (высота 40 см); перелезание через бревно; лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Построения: свободное, в рассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг.

Перестроение: из колонны в 2—3 звена по ориентирам.

Повороты: переступая на месте.

Общеразвивающие упражнения

Для обогащения двигательного опыта при освоении общеразвивающих упражнений воспитатель предлагает малышам преимущественно на утренней гимнастике выполнять следующие движения.

Исходные положения: стоя, ноги слегка расставив, сидя, лежа, стоя на коленях.

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты направо, налево (3—4 раза).

Положения и движения рук (одновременные, однонаправленные): вперед-назад, вверх (5—6 раз).

Положения и движения туловища: наклоны (вперед, влево, вправо), повороты (влево, вправо)— 3—4 раза.

Положения и движения ног: приседания, подскоки на месте (20—25 раз каждое).

Спортивные упражнения

Катание на трехколесном велосипеде по прямой, с поворотами, по кругу.

Хождение на лыжах ступающим шагом, с поворотами, переступанием.

Подготовка к плаванию: передвижение в воде, обливание водой лица, головы.

Катание на санках кукол, друг друга с невысоких горок.

Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах с помощью взрослого.

Подвижные игры

Воспитатель широко использует в разные режимные моменты подвижные игры для закрепления навыков основных движений у детей.

Подвижные игры с ходьбой, бегом, прыжками, подлезанием и лазанием, бросанием и ловлей.

Музыкально-ритмические упражнения

Ходьба, бег под музыку в заданном темпе, выполнение упражнений с предметами (лентами, флажками, платочками, султанчиками) в соответствии с характером музыки.

Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств:

Игры: «Голкай мяч», «Доползи до погремушки», «Скачем около пенечка», «Воробьишки и автомобиль», «Сильные руки», «Поймай бабочку».

Упражнения: прокатывание ногами набивных мячей весом 0,5 кг, то же между кеглями, прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед на расстояние 2—3 м.

Упражнения на развитие координации движений!

Упражнения с предметами: переключивание предметов стоя, под согнутой в колене ногой, подбрасывание и ловля платочков, кружение с размахиванием ленточкой над головой; из положения лежа на животе, перевороты на спину.

Ходьба по коридорчику шириной 20—25 см, 35—40 см, по трудным дорожкам-доскам в виде препятствий: кирпичиков (10—12 штук), кубиков (10—12 штук), бег между кеглями и кубиками, расположенными на расстоянии

м друг от друга («Пробеги и не сбей»).

Для повышения интереса детей к выполнению заданий можно использовать погремушки, ленточки, листочки и т. д. в качестве ориентиров.

Игры: «Проползи — не задень», «Пройди мишкой, проползи мышкой».

Игровые упражнения и игры для развития быстроты:

«Быстро возьми», «Быстро возьми — быстро положи», «Кто соберет больше цветочков», «Птички в гнездышках», «Мыши и кот», «Карусель», «Скорее вкруг».

Общеразвивающие упражнения без предметов и с мелкими пособиями, подвижные игры, упражнения с широкой амплитудой, различные повороты, кружения.

Бросание предметов, выполняемое с максимально возможной скоростью.

2.1.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию для детей от 4 до 5 лет

По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

- ✓ самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
- ✓ сохранять исходное положение;
- ✓ четко выполнять повороты в стороны;
- ✓ выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
- ✓ сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
- ✓ сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
- ✓ энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия;
- ✓ ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд;
- ✓ принимать исходное положение при метании;
- ✓ ползать разными способами; подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2 м;
- ✓ с разбега скользить по ледяным дорожкам;

✓ надевать и переносить лыжи под рукой, передвигаться по лыжне скользящим шагом, подниматься на горку ступающим шагом, «полуелочкой»;

✓ двигаться ритмично, в соответствии с характером и темпом музыки.

Основные движения

Построение в колонну по одному по росту.

Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего. Перестроение в звенья на ходу. Повороты направо, налево и кругом на месте, переступанием.

Ходьба и равновесие: ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы, в полуприседе, с поворотами, с заданиями (руки на поясе, к плечам, в стороны, за спину и т. д.); ходьба с перешагиванием через предметы (высота 15—20 см), по наклонной доске (высота 30 см, ширина 25 см), с предметами в руках, на голове, без предметов (высота 35—40 см, ширина 30 см); ходьба спиной вперед (2—3 м), «змейкой», со сменой темпа; ходьба приставным шагом, по шнуру и бревну (высота 20—25 см, ширина 10 см), с мешочком на голове.

Бег: в колонне по одному и парами, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и сменой темпа, между линиями (расстояние 30—90 см), с высоким подниманием колен; бег со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); бег на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15).

Прыжки: на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед (3—4 м), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы (2—3) высотой 5—10 см; прыжки в длину с места (50—70 см); прыжки вверх с места (вспрыгивание), высота 15—20 см.

Бросание и ловля, метание: катание мяча, обруча между предметами (расстояние 40—50 см); прокатывание мяча из разных исходных позиций одной и двумя руками; бросание мяча вверх и ловля (3—4 раза подряд), отбивание мяча одной и двумя руками (4—5 раз); бросание мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы (расстояние 2 м) и ловля его (расстояние 1,5 м); метание предмета на дальность (расстояние 5—6,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 2—2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1,5—2 м).

Ползание и лазание: ползание на четвереньках (расстояние 10 м) между предметами, прокатывая мяч, с поворотами кругом; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках; подлезание под препятствия прямо и боком; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; лазание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке (высота 2 м); перелезание с одного пролета* на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередующимся шагом. т

Общеразвивающие упражнения

Исходные положения: стоя, стоя на левом, правом колене, сидя (ноги вперед, врозь, на пятках), лежа (на спине, на животе).

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в сторону (4—5 раз), наклоны.

Положения и движения рук: однонаправленные и поочередные вверх-вниз, смена рук; махи рук (вперед-назад, перед собой), вращения (одновременные двумя руками вперед-назад); сжимание и разжимание пальцев, вращение кистей рук (7—8 раз).

Положения и движения туловища: повороты, наклоны (вправо, влево, вперед), 4—5 раз.

Спортивные упражнения

Катание на санках, лыжах и пр.; подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга; скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельно; передвижение на лыжах скользящим шагом, повороты на месте и переступания, подъемы на горку «полуелочкой» и боком; ходьба на лыжах без времени (0,5—1 км); игры на лыжах («Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца»).

Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

Подвижные игры

Игры с бегом, прыжками, лазанием, бросанием и ловлей, на ориентировку в пространстве и внимание.

Музыкально-ритмические упражнения

Движения парами по кругу в танцах и хороводах; кружение по одному и парами; «пружинки», подскоки на месте, прямой галоп; постановка ноги на носок, на пятку.

Освоение основных движений, общеразвивающих, спортивных, музыкально-ритмических упражнений содействует не только формированию жизненно важных навыков у детей, но и развитию физических качеств. В то же время педагог использует в работе с детьми специальные упражнения для целенаправленного развития физических качеств. При этом следует учитывать, что в среднем дошкольном возрасте прежде всего у ребенка наиболее активно развиваются скоростно-силовые качества.

Упражнения и игры для развития быстроты движений

Для развития быстроты в работе с детьми среднего возраста воспитатель использует повторный метод, при котором упражнения выполняются с максимальными усилиями, но легко, свободно, без лишнего напряжения. При этом упражнения на быстроту не должны быть продолжительными, широко используются интервалы для отдыха — легкий бег, спокойная ходьба, успокаивающие движения (руки в стороны чуть ниже уровня плеч ладонями вверх, руки назад ладонями внутрь, плечи не поднимать (3—4 раза)).

Скоростной бег: 15—20 м. Пробежание дистанции 2—3 раза в I полугодии и до 4—5 раз — во II полугодии.

Бег на 10—12 м из разных исходных положений: стоя, стоя на одном колене, лежа.

Бег на 10—12 м с высоким подниманием коленей, через препятствия, с изменением темпа.

Бег за мячом «Догони и подними мяч».

Игры и игровые задания на развитие быстроты реакции на звуковые и зрительные сигналы (продолжительность 15—20 с).

Общеразвивающие упражнения с предметами и без них:

- ✓ хлопки в максимально быстром темпе перед собой и за спиной;
- ✓ постукивание правым кулаком по левому, ускоряя темп, доводя его до максимального (повторить 2—3 раза);
- ✓ быстрые повороты палки вправо-влево;
- ✓ лежа на животе, руки под подбородок (кисть одной руки на кисть другой), быстрое поочередное сгибание ног в коленях (2—4 раза);
- ✓ лежа на спине, поочередное быстрое поднимание и выпрямление ног, согнутых в коленях;
- ✓ сидя, в упор сзади, попеременное поднимание прямых ног с ускорением темпа;
- ✓ прыжки на одной и двух ногах в среднем и быстром темпе.

Игры и упражнения с предметами

Игры с обручами: «Юла»: подбросить обруч, покружиться и поймать до падения; «Догони обруч»: энергичное отталкивание обруча и бег за ним, не допуская падения; «Кто дальше?»: прокатывание обруча и бег за ним.

Игры с бумажными стрелами, самолетиками'. «Догони голубя», «Чей самолет пролетит дальше?», «Подбрось и быстро поймай», «Поиграем с бумажным мячиком».

Игры-. «Цветные автомобили», «Найди себе пару», «Мы — веселые ребята», «Совушка», «Кто скорее добежит до флажка».

Игры и упражнения для развития скоростно-силовых качеств

Для развития этих качеств воспитатель организует образовательные ситуации, в которые включает наиболее эффективные упражнения.

«Лошадки»: бег с высоким подниманием бедра, через препятствия, с ускорением.

«По дорожке»: прыжки в длину с места и с продвижением вперед.

«С кочки на кочку»: впрыгивание на невысокие предметы высотой 12—15 см.

Подскоки на месте в 2—3 серии по 20—35 с, 2—3 серии (между сериями педагог организует паузы для отдыха со спокойной ходьбой и дыхательными упражнениями).

Бег через препятствия высотой 12—15 см на дистанцию 15 м.

«Мячики»: подскоки на месте. При этом важно помнить, что подскоки разумно давать в 2—3 серии по 20—35 секунд каждая.

«Часики»: стоя у гимнастической стенки и держась одной рукой за рейку, поочередные махи ногами (по 5—6 раз каждой ногой).

«Кузнечик»: стоя у гимнастической лестницы лицом к ней и взявшись обеими руками за одну рейку, быстро вставать на вторую-третью снизу рейки и спускаться на пол (усложнение: толчком двух ног запрыгивать на вторую рейку).

«До свиданья, мячик!»: прокатывание набивного мяча весом 500 г на расстояние 3—4 м в паре из исходного положения, сидя, ноги врозь.

«Катим влево, катим вправо»: из положения сидя, упор сзади, набивной мяч весом 500 г на коленях, поднимать ноги и прокатывать под ними мяч то влево, то вправо (3—4 раза).

«Из домика в домик»: прыжки толчком двух ног с мягким приземлением из обруча в обруч (диаметром 30—35 см), разложенные на полу на расстоянии 30—35 см.

«Кругом, кругом, кругом»: прыжки вокруг предмета (мягкого модуля, скамейки, стола, стула) сначала в одну, затем в другую сторону.

«Радуга»: прыжки через ленты, лежащие на расстоянии 1 метр, цвет которых соответствует цвету полос на радуге.

«Кенгуру»: прыжки через резинки или рейки, расположенные на расстоянии 1 метр на высоте 12—15 см.

«Кто соберет больше лент»: прыжки вверх с места, снимая по одной короткие ленточки с веревки, натянутой выше поднятых рук ребенка на 20—25 см.

«Перепрыгиваем через ручейки», «Лягушка прыгает с кочки на кочку».

Игры и упражнения для развития силы

Упражнения с набивными мячами весом 500 г. и с фитболами:

Воспитатель предлагает детям выполнять эти упражнения преимущественно из положений сидя и лежа по 3—5 раз:

- ✓ лежа на животе, поднимание рук перед собой;
- ✓ сидя, прокатывание мяча вперед как можно дальше;
- ✓ стоя, поднимание мяча над головой и бросание вперед;
- ✓ лежа на спине, мяч за головой в вытянутых руках, перевороты на живот;
- ✓ ритмичные сжимания большого мяча (фитбола) между руками;
- ✓ передача фитбола, набивного мяча друг другу по кругу;
- ✓ лежа на полу, на спине, ноги на фитболе, поднимание таза вверх;
- ✓ лежа на спине, на полу, передача мяча из рук в ноги и обратно.

Подвижные игры и игровые упражнения:

«Из круга в круг» (прыжки из обруча в обруч).

Прыжки через рейки, выложенные на расстоянии 1 м, высота 15—17 см.

«Сильные руки» (шаги вокруг обруча, опираясь на руки сначала в одну, затем в другую сторону).

«Влево-вправо» (поочередное усаживание на набивной мяч или справа, или слева от него).

«Лягушки», «Скок-поскок».

«Кто соберет больше лент» (прыжки вверх с места). Правила: прыгать вверх толчком двумя ногами, снимать только по одной ленте.

«Через ручейки».

«Зайчата».

Игры и упражнения для развития выносливости

Для развития выносливости у детей средней группы воспитатель использует метод непрерывных упражнений небольшой интенсивности с небольшими перерывами. В конце года продолжительность непрерывных движений может быть доведена до 1,5—2 мин.

Упражнения:

Бег со средней скоростью (50—60 % от максимальной).

Бег с низкой скоростью (30—40 % от максимальной) на 150—200 м в I полугодии и 240—300 м — во II полугодии.

Подскоки в течение 30—50 с в начале года и 50 с — 1 мин в конце года (сериями от 20—25 до 50—60 прыжков с небольшими перерывами).

Подвижные игры с многократным повторением движений, выполняемых длительное время: «Поезд», «Жеребята», «Солнце и дождик», «Найди свой лист», «На прогулке», «Найдите флажки», «Козочки».

Спортивные упражнения:

- ✓ ходьба на лыжах;
- ✓ катание на санках;
- ✓ катание велосипеде;
- ✓ катание и качание на качелях.

Упражнения с предметами и без предметов

Для рук и плечевого пояса:

- ✓ активные круговые движения руками в одну и другую сторону;
- ✓ активные маховые движения руками с лентами вверх-вниз по максимальной амплитуде;
- ✓ махи обручем вперед-назад одной, затем другой рукой;
- ✓ поочередные плавные маховые движения руками вперед-назад с одновременным приседанием;
- ✓ из положения сидя на полу обхватывание большого фитбола руками и ногами.

Для туловища:

- ✓ наклоны вправо, прокатывая обруч (мяч) как можно дальше от себя вправо и влево;
- ✓ сидя на коленях, прокатывание мяча вокруг себя в одну, затем в другую сторону;
- ✓ пружинистые повороты в стороны по максимальной амплитуде;
- ✓ наклоны вперед как можно дальше с опорой на руки.

Для ног:

- ✓ круговые вращательные поочередные движения стопой в одну и другую сторону;
- ✓ мягкие пружинистые наклоны вперед в сторону из положений сидя и стоя;
- ✓ махи ногами в сторону, стараясь достать до кисти руки;
- ✓ сидя на коленях перед фитболом, прокатывание мяча вперед, не выпуская его из рук;
- ✓ лежа на спине, приподнимание и разведение ног в стороны как можно шире;
- ✓ стоя спиной к гимнастической стенке вплотную, наклоны вперед, перебирая поочередно рейки и притягивая туловище вниз;
- ✓ стоя на коленях спиной к стенке, прогибание, доставая стенку.

Игры и упражнения для развития координации: ходьба разными способами в сочетании с заданиями на равновесие, с изменением направления движения; бег из разных исходных положений (стоя, сидя); подскоки на месте со сменой положений рук, ног, поворотами в стороны.

Общеразвивающие упражнения с предметами: мячами, палками, обручами и др.

Упражнения с фитболом и: сидя на мяче, «ходьба» и «бег» на месте, сидя на мяче, приставные шаги влево и вправо.

Подвижные игры: «Самый ловкий» (бег по зигзагообразной линии длиной 5—6 м), «Найди свою пару», «Ловишки с лентами», «Зайцы и сторож», «Кто быстрее добежит до флажка?»

2.1.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию для детей от 5 до 6 лет

По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

- ✓ сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;

- ✓ выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки;
- ✓ ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади опоры;
- ✓ энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге;
- ✓ точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;
- ✓ выполнять разнообразные движения с мячами («школа мяча»);
- ✓ свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
- ✓ самостоятельно проводить подвижные игры; выбивать городки с кона и с полукона;
- ✓ вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры;
- ✓ передвигаться на лыжах переменным шагом;
- ✓ кататься на двухколесном велосипеде и самокате;

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена. Общеразвивающие упражнения: способы выполнения упражнений с различными предметами, направления и последовательность действий отдельных частей тела. Основные движения: вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге; равномерный бег в среднем и медленном темпе; способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега; прыжки со скакалкой; «школа мяча»; способы метания в цель и вдаль; лазание по лестнице одноименным и разноименным способами. Подвижные и спортивные игры: правила игр, способы выбора ведущего. Спортивные упражнения: скользящий лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине.

Основные движения

Самостоятельные перестроения. Из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах"

Ходьба и упражнения в равновесии. Ходьба в полуприседе, с перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке («петушинный шаг»), с заданиями (с хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (3—4 м). Ходьба через предметы (высотой 20—25 см), по наклонной доске (высотой 35—40 см, шириной 20 см), ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками. Ходьба по шнуру (8—10 м), бревну (высотой 25—30 см, шириной 10 см), с мешочком на голове (500 г), по пенькам, спиной вперед (3—4 м). Приставной шаг с приседанием, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку.

Бег. На носках, с высоким подниманием коленей, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

Бросание, ловля и метание. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 40—30 см, длина 3—4 м). Бросание мяча вверх, об землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой об землю). Метание в горизонтальную и вертикальную цель (на высоту 2,2 м) с расстояния 3,5—4 м. Метание вдаль на 5—9 м.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа. Лазание по лестнице с дорвурестной координацией движений рук и ног. Лазание по веревочно-доске, канату, шесту свободным способом.

Общеразвивающие упражнения

Исходные положения: стоя (пятки вместе, носки врозь), сидя, лежа на животе и спине.

Положения и движения головы: вверх, вниз, повороты в стороны, наклоны (4—5 раз).

Положения и движения рук: одновременные и попеременные; однонаправленные и разнонаправленные — вверх (вниз), в стороны; махи и вращения (одновременно двумя руками и поочередно вперед-назад); подъем рук вперед — вверх со сцепленными в «замок» пальцами (кисти внутрь тыльной стороной); сжимание, разжимание, вращение кистей рук (8—10 раз).

Положения и движения туловища: повороты, наклоны вперед, назад, в стороны, вращения.

Положения и движения ног: приседания (до 40 раз), махи вперед-назад, держась за опору; выпады вперед, в стороны с движениями рук вперед, в стороны, вверх; подскоки на месте (40х3=120). Упражнения с отягощающими предметами — мешочки, гантели (150 г), набивные мячи (1 кг).

Спортивные упражнения

Катание на санках. С горки по одному и парами. Катание по ровному месту друг друга.

Ходьба на лыжах по пересеченной местности переменным шагом. Повороты на месте влево (вправо). Подъем в горку «лесенкой», спуск в низкой стойке.

Катание на велосипеде по прямой, повороты направо, налево. Катание на самокате, отталкиваясь одной ногой.

Туристические походы с двумя переходами по 25—30 минут и активным отдыхом между ними (игры, эстафеты в естественных условиях). Переходы на лыжах (по 15—20 минут) с активным отдыхом. Езда на велосипеде (по 25—30 минут) с перерывом и отдыхом.

Подвижные игры

Игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием. Игры-эстафеты.

Городки. Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полу-кона (2—3 м).

Баскетбол. Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой руками. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам.

Бадминтон. Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем.

Футбол. Отбивание мяча правой и левой ногами в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам.

Освоение основных движений, общеразвивающих, спортивных, музыкально-ритмических упражнений содействует не только формированию жизненно важных навыков у детей, но и развитию их физических качеств. В то же время педагог использует в работе с детьми специальные упражнения для целенаправленного развития физических качеств. При этом следует учитывать, что на шестом году жизни наиболее активно развиваются общая выносливость, сила и быстрота.

Упражнения для развития физических качеств

Упражнения для развития быстроты

Упражнения на развитие быстроты реакции: бег со стартов из разных исходных положений: стоя, сидя, из упора на коленях; смена движений, разных по структуре: ходьба — прыжки; изменение направления движений при ходьбе и беге по сигналу; изменение интенсивности движений: ходьба — бег быстрый, бег медленный — бег с ускорением.

Упражнения на развитие способности в короткое время увеличивать темп движения: бег в максимальном темпе на дистанции 20—25 м; бег с высоким подниманием бедра или отведением голени назад; бег с ускорением.

Игры на развитие быстроты. «Топотушки» (повороты на месте переступанием на 90, 180 и 360 градусов); «Найди свое место»; «Змейка» (ходьба по извилистой дорожке со сменой направления по сигналам); «Не наступи!» (бег через ленты, лежащие на полу); «Иноходец» (смена способов ходьбы и бега по сигналу); «Перемена мест»; «Быстро шагай, стоп»; «Собери грибы»; «Брось мяч в стену»; «Кто быстрее?» (перебежки шеренгами); «Бег наперегонки»; «Бабочки и стрекозы».

Упражнения и игры для развития скоростно-силовых качеств

Бег с высоким подниманием коленей на расстояние 8—10 м, бег с захлестом голени назад, прыжки с продвижением вперед на расстояние 5 м; бег и прыжки через препятствия высотой от 15 до 30 см (длина дорожки с препятствиями может быть 15—20 м, количество препятствий — от 3 до 8); ходьба в полуприседе, глубоком приседе; прыжки точно в центр начерченного круга или линии.

Упражнения с набивными мячами (вес 500—1000 г): сидя, ноги на мяле, разведение ног в стороны, вверх; сидя, мяч в руках, наклоны вперед; прыжки вокруг мяча и через него; прокатывания мяча из разных положений (сидя, стоя).

Подвижные игры: «Лягушки и цапли»; «Кто сделает меньше прыжков»; «Парашютики» (прыжки по дорожке с поворотом на 90—180 градусов произвольно и по сигналу); «На одной ножке по дорожке».

Упражнения для развития силы

Упражнения с отягощением набивными мячами, преодолением сопротивления предмета, партнера.

Сжимание кистевого эспандера — резинового кольца; растягивание упругих резинок и детского плечевого эспандера в положениях стоя, сидя, лежа.

Упражнения с диском «Здоровье»: стоя на диске на одной ноге (другая на полу), вращения влево-вправо; стоя на диске на одной ноге, отталкиваясь другой от пола, вращаться по кругу («бег на роликовых коньках», «самокат»); сидя на диске по-турецки, отталкиваясь руками от пола, вращаться влево-вправо; сидя на диске, руки в упоре сзади, ноги, согнутые в коленях, отталкиваясь руками и ногами, передвигаться влево-вправо; стоя на диске лицом к стулу, кисти на спинке стула, вращение влево-вправо.

Упражнения с тренажером «Здоровье»: натягивание на себя ручки тренажера в положениях стоя, сидя, лежа на спине.

Упражнения на тренажере «Беговая дорожка»: держась за поручни двумя руками или одной рукой, ходьба и бег по дорожке.

Упражнения и игры для развития выносливости

Пробегание 2-х отрезков по 100 м в начале года и по 200 м во второй половине года; медленный бег по 3 отрезка длиной 150 м в начале и 200 м в конце года. Бег в медленном темпе на 300—350 м по пересеченной местности. Бег в медленном темпе 1,5—2 минуты.

Подвижные игры: «Синие, зеленые, желтые»; «Позвони в колокольчик», «Самолеты».

Упражнения для развития гибкости

Для рук и плечевого пояса: круговые движения рук в разные стороны с максимальной амплитудой; одновременное отведение двух рук как можно дальше назад.

Для туловища: наклоны вперед, дотрагиваясь до пола руками; стоя, ноги слегка расставлены, круговые движения обручем вправо-влево-вправо; сидя, ноги в стороны, прокатывание мяча как можно дальше от себя, не выпуская его из рук.

Для ног: пружинистые приседания; лежа на спине, поднимание ног, согнутых в коленях, вверх и разведение их в стороны; стоя боком у стенки, держась за рейку, маховые движения поочередно одной и другой ногой; лежа на спине.

Упражнения и игры для развития ловкости

Бег с перешагиванием через гимнастические палки, уложенные на разном расстоянии (одинаковом, увеличенном); челночный бег 3 раза по 10 м.

Упражнения с предметами:

Упражнения с гимнастическими палками: перебрасывание палки из одной руки в другую перед собой; перебрасывание кольца (диаметром 25—30 см) из руки в руку.

Упражнения с фитболами: покачивание на мяче, сидя на мячах, пружинящие, повторяющиеся, круговые движения рук вперед-назад, движения назад Ирямых и согнутых рук, движения ног при раскачивании на мячах: ноги вместе, ноги разведены в стороны, накаты на мяч на спину, на живот; сочетание движений на мяче с растягиванием в стороны резиновой ленты.

2.1.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений

По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

✓ самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения. Выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений. Выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями. Сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;

✓ сохранять скорость и заданный темп бега. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления;

✓ отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами. Точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и другие);

✓ энергично подтягиваться на скамейке различными способами. Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»;

✓ организовать игру с подгруппой сверстников. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола;

✓ выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы. Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения. Отталкиваться одной ногой, катаясь на самокате.

Основные движения

Упражнения в ходьбе. Ходить в разных построениях (колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге); ходить, совершая различные движения руками. Ходить обычным, гимнастическим, скрестным шагом; ходить выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами.

Упражнения в беге. Бегать легко, стремительно. Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед; выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия — барьеры, набивные мячи (высотой 10—15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега. Бегать спиной вперед, сохраняя направление и равновесие. Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну. Бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием и др.; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать Юме наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.

Упражнения в прыжках. Подпрыгивать на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыгать, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; перепрыгивать через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг). Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивать вверх из глубокого приседа. Подпрыгивать на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25—30 см. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыгать в длину с

места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бегать со скакалкой. Прыгать через длинную скакалку: пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгивать через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку, перепрыгивать через нее один или несколько раз и выбегать; пробегать под вращающейся скакалкой парами. Прыгать через большой обруч как через скакалку.

Упражнения в бросании, ловле, метании. Бросать мяч вверх, об землю и ловить его двумя руками не менее 20, одной — не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола. Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3—4 м), из положения сидя по-турецки, через сетку; перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг). Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.). Метать в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 4—5 м; в движущуюся цель. Метать вдаль на расстояние не менее 6—12 м.

Упражнения в ползании, лазании. Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползть под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Перелезть через гимнастическую стенку и спуститься с ее противоположной стороны. Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Влезть на лестницу и спуститься с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног. Лазать по веревочной лестнице, по канату, захватывая канат ступнями ног и вися в положении стоя (воспитатель поддерживает конец каната); выпрямлять ноги, захватив канат ступнями ног, одновременно сгибать руки; перехватывать канат руками вверх до их выпрямления (ноги выпрямлены); влезть на канат на доступную высоту.

Упражнения в равновесии. Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Идти по гимнастической скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше; перепрыгнуть ленточку, идти дальше. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.

Упражнения в построении и перестроении. Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу. Равняться в колонне, в шеренге, в круге. Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного круга в несколько. Делать повороты (направо и налево). Рассчитываться на «первый-второй», после чего перестраиваться из одной шеренги в две. При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами. Делать повороты на углах во время движения. Останавливаться после ходьбы всем одновременно.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, поднимаясь на носки в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене. Поднимать руки вверх — в стороны из положения руки перед грудью, руки к плечам. Поднимать и опускать плечи. Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад два-три раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Делать круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Совершать руками разнонаправленные движения. Вращать обруч пальцами одной руки вокруг вертикальной оси (как юлу), на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку.

Упражнения для ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам. Сгибать ноги в стойке ноги врозь поочередно, одну ногу 2—3 раза подряд (пружинисто). Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не подниматься). Делать выпад вперед, в сторону. Махом вперед доставать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых вперед рук (одноименной и противоположной). Свободно размахивать ногой вперед и назад, держась рукой за рейку, лестницу, спинку стула. Захватить палку ступнями ног посередине и поворачивать ее на полу.

Упражнения для туловища. Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны. Поворачиваться в стороны, поднимая руки вверх — в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам. Наклоняться вперед, поднимая руки вверх, медленно, подряд 2—3 раза, держа руки в стороны. Стоя, вращать верхнюю часть туловища. В упоре сзади сидя поднять обе ноги, оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении. Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине, закрепив ноги, и снова ложиться; прогибаться, лежа на животе. Лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, стараясь коснуться положенного за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую назад (носок опирается о пол). Пробовать присесть и встать на одной ноге. Лежа на спине, группироваться и покачиваться в этом положении; перекатываться в положении группировки на бок. Пытаться делать кувырок с поддержкой. Подтягиваться на руках, помогая ногами, на гимнастической скамейке, лежа на спине. Сгибать и разгибать руки, опираясь о стенку (держась за рейку гимнастической стенки) на уровне груди. Отрывать ноги от пола (или рейки гимнастической стенки), стоя спиной к гимнастической стенке и захватившись за ее рейку руками как можно выше над головой; поочередно поднимать ноги, согнутые в колене; поочередно поднимать прямые ноги; на короткий момент оторвать от опоры сразу обе ноги.

Спортивные упражнения

Катание на коньках. Принимать правильное исходное положение: ноги слегка согнуть, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть вперед собой. Делать в этом положении несколько пружинистых приседаний, "охранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Разбегаться и скользить на двух ногах. Во время скольжения делать повороты вправо и влево, уметь ормозить. Попеременно отталкиваясь, скользить на правой и левой ноге. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу. Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Выполнять на коньках несложные упражнения. Участвовать в играх: «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде. Ездить по прямой, по кругу, «змейкой», уметь ормозить. Выполнять упражнения и игры, управлять велосипедом одной рукой (правой или левой), сигнализируя при этом другой (игры: «Достань предмет», «Правила уличного движения»). Кататься на самокате (на левой и правой ноге).

Катание на санках. Во время спуска с горки поднять заранее положенный предмет (кегли, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротики; попасть снежком в цель; поворачивать и др. Игры - эстафеты.

Ходьба на лыжах. Передвигаться переменным шагом по лыжне друг за другом, заложив руки за спину. Проходить на лыжах не менее 600 м в среднем темпе, 2—3 км в спокойном темпе. Делать поворот переступанием в движении. Подниматься на горку «лесенкой», «елочкой». Спускаться с горки в низкой и высокой стойке; уметь тормозить. Участвовать в играх на лыжах: «Шире шаг», «Кто самый быстрый», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Освоение основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений содействует не только формированию жизненно важных навыков у детей, но и развитию их физических качеств. В то же время педагог использует в работе с детьми специальные упражнения для целенаправленного развития физических качеств. При этом следует учитывать, что на седьмом году жизни у ребенка наиболее активно развиваются ловкость и быстрота.

Подвижные игры

Игры с бегом: «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка — бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Не намочи ноги», «Горелки».

Игры с прыжками: «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

Игры с метанием и ловлей: «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

Игры с подлезанием и лазанием: «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Игры-эстафеты: «Кто скорее через препятствия к флажку», «Веселые соревнования», «Чья команда больше мячей забросит в корзину».

Дорожка препятствий. Выполнять задания: прыгать на одной ноге (4 м); пролезть в обруч (поднять обруч с пола, шагнуть в него правой, левой ногой, поднять обруч над головой и положить на пол); проползти по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь на руках; пробежать, перешагивая через 5 набивных мячей (вес 1 кг); взять мяч, бросить его в горизонтальную цель (расстояние 5 м); быстро вернуться на место, неся в руках два набивных мяча.

Элементы спортивных игр

Городки. Бросать битку сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Уметь выбивать городки с полукона и кона, стараясь затратить меньшее количество бит.

Баскетбол. Передавать мяч друг другу: двумя руками от груди, одной рукой от плеча. Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить мяч, летящий на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, внизу у пола и т. п.) и с различных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова продвигаясь по сигналу. Осваивать правила, играть по упрощенным правилам.

Футбол. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте (расстояние 3—4 м). Подкидывать мяч ногой, ловить руками (индивидуальное задание). Вести мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота. Хоккей. Вести шайбу клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать клюшкой шайбу. Обводить шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками справа и слева. Попадать шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон. Уметь правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывая его на сторону партнера по игре, без сетки и через сетку. Свободно передвигаться по площадке, стараясь не пропустить волан.

Настольный теннис. Правильно держать ракетку, выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой, с ударом об пол, об стенку и т. п.). Отбивать мяч через сетку после отскока его от стола.

Упражнения для развития физических качеств

Упражнения на развитие быстроты реакции:

✓ бег из разных стартовых исходных положений: стоя, сидя, лежа, спиной назад, из упора на коленях;

✓ смена движений, разных по структуре: ходьба — прыжки, прыжки — приседания.

Упражнения на развитие способности в короткое время увеличивать темп движения.

✓ бег в максимальном темпе на дистанции 25—30 м;

✓ бег с высоким подниманием бедра или отведением голени назад.

Игры на развитие быстроты: «Волчок» и «Петрушка» (ходьба с поворотом вокруг себя по сигналу); «Перемена мест», «Лошадки»; «Быстрые строители»; «Лук и стрелы»; «Кто больше соберет лент?»; «Успей поймать»; «Третий — лишний»; «Будь внимателен (по сигналу быстро возьми названный предмет)».

В подготовительной к школе группе особое значение приобретают игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения.

Игры со сменой темпа движений: ходьба — бег — ходьба медленная, смена темпа происходит по словесному сигналу взрослого или при смене темпа музыкального сопровождения; хлопки в ладоши с разной скоростью, сгибание и разгибание пальцев рук с разной скоростью вслед за взрослым и самостоятельно.

Игры с максимально быстрыми движениями: бег наперегонки; быстрое, постукивание карандашом по листу бумаги (поставь больше точек); «Обмоталочки», накручивание веревочки на палочку; «Горячий мячик».

Игры на развитие внутреннего торможения: «Игровая гимнастика»; «Запретное движение», «Замени движение», «Все наоборот». «Летает! Не летав?!»

Игры-эстафеты на развитие запаздывательного торможения (ребенку нужно ждать своей очереди): бег с кружкой с водой так, чтобы она не расплескалась; бег, отбивая рукой или головой воздушный шарик; бег с маленькими картонными коробками, положенными на плечи; бег с башенкой из трех кубиков на ладони (потом число кубиков можно увеличить).

Упражнения и игры для развития скоростно-силовых качеств

Бег с высоким подниманием колен на расстояние 10 м, бег с захлестом голени назад, прыжки с продвижением вперед на расстояние 6—7 м; прыжки через линию боком на одной ноге и на двух ногах; бег и прыжки через препятствия высотой от 15 до 40 см (длина дорожки с препятствиями может быть 20—30 м, количество препятствий — от 5 до 8 и более); ходьба в глубоком приседе, в спрыгивание на 2—3 мата или плит высотой 15—20 см; прыжки вверх и вниз по наклонной доске; подскоки на месте сериями по 60—75 подряд 3—4 раза или в течение 35—40 с. Между сериями могут быть паузы для отдыха по 15—20 с.

Упражнения с набивными мячами (вес 500—1000 г) : лежа на животе, мяч в руках перед собой, подбрасывание мяча вверх; лежа на животе, мяч в прямых руках, перевороты с живота на спину в разные стороны; прыжки вокруг мяча и через него 20—30 с; прокатывания мяча из разных положений (сидя, лежа, стоя).

Парные упражнения: поочередное приседание в паре, держась за руки, поочередное выпрямление рук с преодолением сопротивления партнера; сидя парами, держась за одну палку, поочередное перетягивание палки.

Подвижные игры: «Пингвины с мячом»; «Загони льдинку»; «Не намочи ног».

Упражнения для развития силы

Сжимание кистевых эспандеров — резинового кольца и «жюккона»; растягивание упругих резинок и детского плечевого эспандера в положениях стоя, сидя, лежа; в парах стоя спиной друг к другу одновременные и поочередные натягивания резиновых лент на себя.

Упражнения с диском «Здоровье»: стоя на четвереньках, опираясь руками (или ногами) на диск, передвигаться по кругу; раскачиваться влево-вправо; стоя или стоя на коленях на дисках, в паре друг против друга, держась за руки, сгибая и выпрямляя руки, вращение вправо-влево; сидя на дисках друг против друга, упор руками сзади, правые ноги согнутые на полу, левые подняты и касаются ступнями одна другую; сгибая и разгибая ноги, отталкиваясь друг от друга вращаться влево - вправо; стоя на диске лицом к стулу, кисти на спинке стула, вращение влево - вправо или вокруг своей оси; стоя на диске лицом к стулу, одна нога на диске, другая на сиденье стула, вращение диска вправо-влево; сидя на стуле, одна нога на диске, вращение ноги вправо-влево; стоя на двух дисках, ноги на ширине плеч, руки на поясе, движение ногами вправо-влево; сидя на диске, упор сзади, ноги под углом к полу, вращение влево - вправо или вокруг своей оси (усложнение: при вращении стоя и сидя менять положение рук: в стороны, за голову, к плечам, на пояс).

Упражнения с тренажером «Здоровье»: натягивание на себя ручки тренажера в положениях стоя, сидя, лежа на спине (захват ручки кистью сверху и снизу).

Упражнения на тренажере «Беговая дорожка»: держась за поручни двумя руками, ходьба и бег.

Упражнения на велотренажере: вращение педалей с разной степенью сопротивления.

Упражнения и игры для развития выносливости

Пробегание 2-х отрезков 200 м в начале года и по 250—300 м во второй половине года; медленный бег — 3 отрезка по 300—350 м; подскоки на месте и в движении в течение 1,0—1,5 мин (сериями по 60—75 прыжков 3—4 раза).

Подвижные игры: «Перелеты птиц»; «Самолеты»; «Веселое путешествие» (по площадке детского сада); «Тренировка летчиков».

Упражнения для развития гибкости

Для рук и плечевого пояса: круговые движения рук в разные стороны с максимальной амплитудой; круговые движения рук вперед-назад с максимальной амплитудой; лежа на животе, поднимание рук вверх и отведение их как можно дальше, отведение рук в стороны; стоя парами друг против друга; взявшись за руки, повороты вокруг себя в одну и другую сторону.

Для туловища: наклоны вперед, дотрагиваясь до пола руками за линией ног сзади; сидя ноги в стороны, прокатывание обруча как можно дальше от себя, не выпуская его из рук; стоя спиной к гимнастической стенке, хват руками сзади, наклоны вперед; поочередное сгибание ног в коленях, дотрагиваясь до противоположной руки.

Для ног: пружинистые приседания; пружинистые приседания в выпадах вперед и в стороны; лежа на спине, поднимание ног вверх и разведение их в стороны; стоя боком у стенки, держась за рейку, маховые движения поочередно одной и другой ногой с максимальной амплитудой; лежа на спине, руки в стороны, дотрагивание прямой ногой до противоположной ноги и наоборот.

Упражнения и игры для развития ловкости

Бег с перешагиванием через гимнастические палки, уложенные на разном расстоянии (одинаковом, увеличенном, уменьшенном); бег через палки, уложенные под углом друг к другу; бег скрестным шагом по обручам; бег через палки, положенные на кубы.

Упражнения с предметами: перебрасывание палки из одной руки в другую перед собой и над головой; перебрасывание из руки в руку кольца (диаметром 25—30 см), опуская его и поднимая; подбрасывание кольца ногой.

Упражнения с фитболами: сидя на мячах, пружинящие, повторяющиеся, круговые движения рук вперед, назад, плавные и рывковые движения назад прямых и согнутых рук; движения ног при раскачивании на мячах: ноги вместе, разведены в стороны, выпады с разведением рук и ног, накаты на мяч на спину, на живот; сочетание движений на мяче с движениями с тренажерами: кистевыми эспандерами («резинное кольцо», «кокон»), плечевыми эспандерами (резинная лента).

Подвижные игры: «Обгони мяч» (толкнуть мяч вперед двумя руками в прямом направлении и затем обегать его «змейкой» не задевая); «Будь ловким» (прокатывание обруча между кеглями, не задевая их); «Перенеси предмет»; «Ловишки с приседаниями»; «Лови, убегай»; «Слалом» (продвижение вперед прыжками вправо-влево).

2.2. Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья

В МАДОУ имеется группа компенсирующей направленности детей от 5-6 лет с тяжелыми нарушениями речи, которые нуждаются в коррекции речевого и языкового развития.

Обучение и воспитание детей с отклонениями в развитии требует специально организованных для этого условий. Правильная организация дошкольного воспитания и обучения детей с общим недоразвитием речи, с задержкой психомоторного развития имеет важнейшее значение для дальнейшей жизни ребенка, т.к. ранняя коррекция дефекта предупреждает возникновение вторичных и последующих дефектов развития, преодоление которых в школьном возрасте бывает чрезвычайно трудным.

Содержание коррекционной работы в группе компенсирующей направленности детей от 5 до 6 лет с тяжелыми нарушениями речи

Общее недоразвитие речи у детей с нормальным слухом и сохраненным интеллектом представляет собой специфическое проявление речевой аномалии, при которой нарушено или отстает от нормы формирование основных компонентов речевой системы: лексики,

грамматики, фонетики. Степень выраженности названных отклонений может быть различной (от I до III уровня). Контингент в ДОО воспитанников в логопедической группе с общим недоразвитием речи имеет III уровень речевого развития, при этом у детей типичными являются отклонения в смысловой и произносительной сторонах речи: значительное отставание в проявлении активной речи, ограниченный словарный запас, аграмматизмы, нарушение звукопроизношения, недостаточность фонематического восприятия. В ДОО имеется учебная рабочая программа учителя-логопеда, которая предназначена для обучения и воспитания детей с III уровнем речевого развития с нормальным слухом и интеллектом.

Основные принципы организации коррекционной системы обучения и воспитания детей с ОНР:

- Принцип развития, который состоит в анализе объективных и субъективных условий формирования речевой функции ребенка, (учет закономерностей развития детской речи в норме).

- Принцип раннего воздействия на речевую деятельность с целью предупреждения вторичных отклонений.

- Принцип системного подхода, который предполагает анализ взаимодействия различных компонентов речи: взаимосвязанное формирование фонетико-фонематических и лексико-грамматических компонентов языка (единство названных направлений и их взаимоподготовка). Коррекция нарушений произношения звуков и слоговой структуры слов позволяет добиваться нужной четкости и внятности речи. В то же время развитие фонематического восприятия подготавливает основу для формирования грамматической и морфологической системы словообразования и словоизменения.

- Принцип связи речи с другими сторонами психического развития, который раскрывает зависимость формирования отдельных компонентов речи от состояния других психических процессов.

- Принцип индивидуально-дифференцированного подхода в логопедической работе, что предполагает, с одной стороны учет индивидуальных особенностей детей с различной структурой речевого нарушения, а с другой – особенности группы в целом.

- Принцип опоры на ведущую деятельность дошкольного возраста. Особое место в системе коррекции должны занимать развивающие дидактические игры.

- Принцип коммуникативной направленности обучения и воспитания, что означает необходимость специального внимания к развитию речи как основного средства коммуникации, а также целенаправленного формирования навыков общения со взрослыми и сверстниками.

- Принцип связи речи с другими сторонами психического развития, которые раскрывают зависимость формирования отдельных компонентов речи от состояния других психологических процессов. Выявление этих связей лежит в основе воздействия на те психологические особенности детей с ОНР, которые прямо или косвенно препятствуют эффективной коррекции их речевой деятельности.

Цели коррекционного обучения: устранение речевого дефекта детей и предупреждение возможных трудностей в усвоении школьных знаний, обусловленных речевым недоразвитием, что формирует готовность к обучению детей в общеобразовательной школе.

Общие задачи коррекционного обучения:

- Обеспечить возможность для осуществления детьми содержательной деятельности в условиях, оптимальных для всестороннего и своевременного развития.

- Обеспечить охрану и укрепление здоровья детей.

- Проводить коррекцию (исправление или ослабление) негативных тенденций развития.

- Стимулировать и обогащать развитие речи во всех видах деятельности.

- Проводить профилактику вторичных отклонений в развитии и трудностей в обучении на начальном этапе.

Коррекционная работа по преодолению общего недоразвития речи реализуется в специализированной группе дошкольного учреждения. Весь процесс коррекционного обучения имеет четкую коммуникативную направленность. Усваиваемые элементы языковой системы включаются в непосредственное общение. Детей учат применять отработанные рече-

вые операции в аналогичных или новых ситуациях, творчески использовать полученные навыки в разных видах деятельности. Преодоление общего недоразвития речи у дошкольников осуществляется путем использования поэтапной системы формирования речи. Основная форма коррекционного обучения: логопедическая образовательная деятельность, где систематически осуществляется развитие всех компонентов речи и подготовка к школе.

Содержание коррекционной работы с детьми определяется исходя из представления об общем недоразвитии речи у детей с нормальным слухом и первично сохранным интеллектом: речевой аномалии, при которой страдает формирование всех компонентов речевой системы: словаря, грамматического строя, звукопроизношения. Вся коррекционная работа составлена с учетом реализации межпредметных связей: с работой воспитателей логопедических групп по разделам: познавательное развитие, ознакомление с окружающим, изобразительная деятельность. Интеграция в общую структуру коррекционной работы здоровьесберегающих технологий (пальчиковой гимнастики, зарядки для глаз, самомассажа лица и кистей рук, упражнений для развития дыхания и физкультминуток) позволяет успешно решать на коррекционных занятиях такие проблемы, как предупреждение переутомления, обеспечения переключения с одного вида деятельности на другой, стимуляцию произвольного внимания и повышение общей работоспособности. Основу коррекционно-оздоровительной работы составляют специальные организационные формы двигательной деятельности.

Коррекционно-оздоровительная гимнастика - коррекция движений, позволяет закреплять полученные навыки и обретать положительное эмоциональное состояние и хороший тонус на целый день

Гимнастика для стимуляции деятельности и речевых центров - представляет собой систему физических упражнений для коррекции речи.

Релаксация – упражнения, способствующие расслаблению мышц рук, ног, лица, туловища, позволяют снять мышечное и эмоциональное напряжение.

Оздоровительный дозированный бег – предназначен для тренировки всех функциональных систем организма.

Тренирующая игровая дорожка – обеспечивает качественное и индивидуальное обучение детей основным видам движений, повторное закрепление.

Психогимнастика - служит для восстановления и сохранения эмоционального благополучия и предупреждения психологических расстройств. В неё входят игровые задания, элементы психологических этюдов, зрительной пантомимы, пластические упражнения.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В тоже время, освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для её осуществления. Особенностью организации образовательной деятельности по программе «Детство» является ситуационный подход. Основной единицей образовательного процесса выступает образовательная ситуация, т. е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности.

Согласно федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования, содержание образовательной программы дошкольного образования должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать все образовательные области в том числе и физическое развитие.

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках педагогами создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер. Сов-

местная игровая деятельность воспитателя и детей (подвижная, спортивная) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры. Ситуации активного проявления двигательного творчества, общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта могут носить как развлекательный, так и проблемный характер и заключать в себе жизненную задачу, близкую детям дошкольного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие. Такие ситуации могут быть реально-практического характера (оказание помощи малышам, старшим), условно-вербального характера (на основе жизненных сюжетов или сюжетов литературных произведений) и имитационно-игровыми.

Одним из видов культурных практик является *физкультурный досуг*. Этот вид активного отдыха детей, целенаправленно организуется взрослыми для развлечения и реализации естественной потребности детей в движении.

	Возрастная группа		
	Дети 1,5 - 3 лет	Дети 3 - 5 лет	Дети от 5 лет до прекращения образовательных отношений
Задачи досуга	Доставить радость от участия в общих играх и забавах	Доставить радость от участия в общих играх и забавах Создание условий для самостоятельного участия детей в совместных играх, упражнениях, развлечениях.	Воспитательные Оздоровительные Создание условий для развития двигательных способностей детей, их творческого использования.
Длительность досуга	10 - 15 мин	20 - 30 мин	30 - 45 мин
Ритм проведения	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Содержание досуга	Знакомые детям упражнения, подвижные и музыкальные игры, забавы, сюрпризы	Знакомые детям упражнения, подвижные и музыкальные игры, сюрпризы, аттракционы, индивидуальные соревнования	Знакомые детям упражнения, спортивные упражнения, подвижные игры, элементы спортивных игр, эстафеты, аттракционы, танцевально-ритмические композиции, индивидуальные и коллективные соревнования
Форма проведения досуга	Сюжетная	Сюжетная (сказочная) Тематическая Семейная (с участием родителей)	Сюжетная Тематическая Интегрированная Двигательный эралаш Соревнования А у нас сегодня гость Игра по станциям Открытые досуги (для родителей)
Организация деятельности детей	Фронтальная	Фронтальная Подгрупповая Индивидуальная	Фронтальная Подгрупповая Индивидуальная Командная
Место проведения	Помещение групповой комнаты	Физкультурный зал /Спортивная пло-	Физкультурный зал /Спортивная площадка

	ты/Физкультурный зал	щадка	
--	----------------------	-------	--

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Детская инициатива проявляется в **свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам.**

Совместная двигательная деятельность взрослого с детьми, основанная на поддержании их интересов и предпочтений;

Проектная деятельность;

Совместная познавательно-исследовательская деятельность взрослого и детей - опыты и эксперименты, в т.ч. в двигательной сфере;

Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности детей в физкультурном уголке, на площадке детского сада.

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, упражняться, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени, в т.ч. на прогулке и во второй половине дня.

Все виды деятельности ребенка в детском саду могут осуществляться в форме самостоятельной инициативной деятельности:

- самостоятельные подвижные, спортивные игры;
- самостоятельная деятельность в физкультурном уголке;

В развитии детской инициативы и самостоятельности в двигательной сфере педагогам важно соблюдать ряд общих требований:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;
- своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- дозировать помощь детям;
- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.
- в процессе двигательной активности ориентировать дошкольников на соблюдение правил безопасного поведения, активного использования средств страховки, учить предвидеть и избегать травмоопасных ситуаций.

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Одним из важных принципов технологии реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам педагог определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача педагога - заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Для этого воспитатель знакомит родителей с особенностями дошкольного учреждения, своеобразием режима дня группы и образовательной программы, специалистами, которые будут работать с их детьми.

Вместе с тем, в этот период происходит и установление личных и деловых контактов между педагогами и родителями. В общении с родителями воспитатель показывает свою заинтересованность в развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие.

В ходе бесед, консультаций, родительских собраний педагог не только информирует родителей, предоставляет им возможность высказать свою точку зрения, поделиться проблемой, обратиться с просьбой.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников по образовательной области «Физическое развитие»

- Формирование банка данных об особенностях развития и медико-гигиенических условиях жизни ребенка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

- Создание в дошкольном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей (зоны физической активности, закаливающие процедуры, массаж и т.п.).

- Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни: выполнение общегигиенических требований; рациональный режим дня; полноценное сбалансированное питание; закаливание и т.д. внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: проведение викторин, фото- и видео- конкурсов на лучший спортивный уголок в семье, на самую интересную спортивную или подвижную игру с участием детей и взрослых членов семьи и т.п.

- Подбор индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия и т.д. (для ежедневного выполнения дома с детьми).

- Проведение Дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов для знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

- Определение приоритетных направлений по оздоровлению детей в ДОУ, с целью более полного удовлетворения запросов родителей.

- Разработка и обеспечение индивидуальной программы формирования и укрепления здоровья каждого ребенка в рамках взаимодействия дошкольного учреждения и семьи.

- Создание и поддержание традиций проведения совместно с родителями спортивных соревнований, праздников, досугов, Дней здоровья.

Месяц	Содержание работы
сентябрь	1. Индивидуальные консультации для родителей участников Городские соревнования «Кросс Нации» 2. Консультации «Занятия физкультурой в спортивном зале» 3. Консультация «Гиподинамия. Что это такое?»
октябрь	1. Индивидуальные консультации для родителей участников городских соревнования по ОФП в рамках «Городской спартакиады» 2. Индивидуальные консультации: «Результаты педагогического обследования воспитанников в соответствии с системой мониторинга ДОУ «Достижения воспитанников по разделу Физическая культура» Консультация: «Как воспитать своего ребенка удачником»

ноябрь	1. Консультация «Подвижные игры на воздухе» 2. Консультация «Формируем правильную осанку»
декабрь	1. Консультация «Рекомендации по обучению детей катанию на коньках и лыжах» 2. Консультация «Зимние игры на свежем воздухе»
январь	1. Папка – передвижка «Гиподинамия. Что это такое?» 2. Практикум: «Физкультура вместе с мамой и папой».
февраль	1. Физкультурный праздник посвященный дню защитника Отечества совместно с папами воспитанников 2. Индивидуальные консультации для родителей участников Городские соревнования «Лыжня для всех» 3. Индивидуальные консультации: «Как выбрать лыжи ребенку» 4. «Оборудование для профилактики плоскостопия своими руками»
март	1. Индивидуальные консультации для родителей участников Городские соревнования «Лыжные гонки» в рамках городской Спартакиады среди дошкольников 2. Консультации на сайте ДОУ: «Вместе с мамой, вместе с папой» 3. Индивидуальные консультации для родителей детей старшего дошкольного возраста: «О подготовке к городским соревнованиям»
апрель	1. Индивидуальные консультации для родителей участников Городские соревнования «Веселые старты» в рамках городской Спартакиады среди дошкольников 2. Индивидуальные консультации для родителей участников «Губернаторские состязания» среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений. 3. Индивидуальные консультации для родителей детей старшего дошкольного возраста «Выбираем спортивную секцию» 4. Семинар – практикум «Игры для релаксации»
май	1. Индивидуальные консультации для родителей участников соревнования для детей средних групп «Веселые старты» 2. Папка – передвижка «Если вы остались в городе...» 3. Открытые занятия для родителей детей старшего дошкольного возраста

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально - техническое обеспечение Программы

№ п/п	Спортивный инвентарь	Количество
1.	Балансир	4
2.	Балансировочная подушка	8
3.	Барьер универсальный	2
4.	Баскетбольные щиты	2
5.	Батут	1
6.	Батут с ручкой	2
7.	Беговая дорожка	3
8.	Бревно напольное (3 м)	1
9.	Валик для массажа стоп	15
10.	Велотренажер	3
11.	Воланы	13
12.	Гантели (0,5 кг)	8
13.	Гантели (0,5 кг)	42

14.	Городки и биты	4
15.	Городки и биты	14
16.	Груша боксерская	1
17.	Детский спортивный комплекс пристенный	2
18.	Диск «Здоровье»	9
19.	Диск «Здоровья»	2
20.	Дорожка массажная с камнями	2
21.	Дорожка ребристая (мягкая)	2
22.	Доска наклонная	2
23.	Дуги для подлезания	6
24.	Дуги для подлезания	2
25.	Игра Кегли, 9 штук	3
26.	Игра Кольцеброс	2
27.	Каток гимнастический	4
28.	Кегли большие	6
29.	Кегли маленькие	4
30.	Коврик гимнастический	15
31.	Коврик гимнастический (со следками)	1
32.	Коврик для фитнеса и йоги	10
33.	Комплект вертикальных стоек (2 конуса, 2 втулки, 2 клипсы, 3 палки по 1,05м)	2
34.	Комплект вертикальных стоек (2 конуса, 2 втулки, 2 клипсы, 3 палки по 1,5м)	2
35.	Конус с отверстиями	12
36.	Конус сигнальный	6
37.	Корзина	2
38.	Корзина с ручками	2
39.	Куб	2
40.	Кубики малые	45
41.	Ленты цветные на кольцах	35
42.	Лестница спортивная, навесная, деревянная	2
43.	Лестница - стремянка	1
44.	Лыжный комплект	12
45.	Массажер для ног (квадратные и дугой)	5
46.	Массажер для рук	4
47.	Массажная дорожка L150см	3
48.	Массажный коврик Следочки	6
49.	Мат гимнастический	3
50.	Мат настенный с креплением	4
51.	Материал покрытия: искусственная кожа	10
52.	Маты гимнастические малые	4
53.	Медицинские мячи (0,5 кг)	15
54.	Медицинские мячи (1 кг)	15
55.	Мешочки с песком (150 гр.)	20
	(200 гр.)	30
	(400 гр.)	27
56.	Мини - степ	2
57.	Модуль (игровой набор) 13 предметов	1
58.	Модуль (игровой набор) 7 предметов	1
59.	Музыкальная система Midi LG	1

60.	Мяч баскетбольный	10
61.	Мяч большой	6
62.	Мяч волейбольный	6
63.	Мяч гимнастический (большой)	2
64.	Мяч гимнастический (с рожками)	20
65.	Мяч диаметр 23 см	21
66.	Мяч малый	9
67.	Мяч мини волейбольный	12
68.	Мяч мини футбольный	12
69.	Мяч средний	35
70.	Мяч футбольный	6
71.	Мячи малого диаметра	10
72.	Мячи массажные для рук	35
73.	Мячи набивные	8
74.	Набор «Ракетки пляжные с мячиком»	8
75.	Набор для игры в бадминтон «Ракетки пляжные с воланом»	8
76.	Набор для мини футбола	1
77.	Насос для мяча двойного действия	2
78.	Обруч большой	25
79.	Обруч диаметр 60 см	30
80.	Обруч малый	27
81.	Островок	14
82.	Палки гимнастические пластмассовые	20
83.	Перекладина для прыжков	2
84.	Перекладина металлическая навесная	1
85.	Ракетки теннисные	4
86.	Ракетки для настольного тенниса	4
87.	Ракетки металлические (бадминтон)	4
88.	Секундомер	1
89.	Сетка волейбольная	3
90.	Скакалка гимнастическая	40
91.	Спортивный туннель	1
92.	Степ платформы	19
93.	Стойка дополнительная пристенная к ДСК с сеткой для лазания	1
94.	Сухой бассейн	1
95.	Счетчик – станок для отжиманий	1
96.	Теннисный мяч	30
97.	Тренажер "бегущая по волнам"	3
98.	Тренажеры - гребля	1
99.	Турник	
100.	Турник настенный для ДСК и шведской стенки	4
101.	Флажки	60
102.	Ходунки	2
103.	Шайбы	2
104.	Шведская стенка 2-х секционная	2
105.	Шнур короткий	25
106.	Эспандер для кисти руки	20
107.	Эстафетная палочка	2

3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

<p>Перечень программ и технологий</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. 2. Образовательная область «Физическое развитие». Как работать по программе «Детство»: Учебно – методическое пособие/ Т.С. Грядкина. Н. ред.: А.Г. Гогоберидзе. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2016 3. Двигательная деятельность детей 5-7 лет. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», 2017 4. Физическое развитие детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе «Детство»/И.М. Сучкова, Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова.- Волгоград: Учитель, 2012. 5. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство» /И.М. Сучкова, Е.А. Мартынова, - Волгоград: Учитель, 2015. 6. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство» /, Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р.Кислюк - Волгоград: Учитель, 2015. 7. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет по программе «Детство» /, Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р.Кислюк - Волгоград: Учитель, 2013. 8. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Младшая и средняя группы. Методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/ /Ю.А. Кириллова. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008. 9. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Старшая и подготовительная группы. Методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений/ /Ю.А. Кириллова. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008. 10. Комплексы утренней гимнастики для детей 3-4 лет: Методическое пособие/ Е.А. Сочеванова.- СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2009. 11. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительных гимнастик/Л.И. Пензулаева. – М.:МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014. 12. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет: планирование, конспекты занятий / В.В. Гаврилова. – Волгоград: Учитель, 2014.
--	--

3.3. Психолого – педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) **и продуктивной** (производящей субъективно новый продукт) **деятельности**, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

7. Профессиональное развитие педагогов, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

3.4. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды

Насыщенная развивающая, предметно-пространственная развивающая среда (далее - РППС) становится основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка. Стоит подчеркнуть необходимость создания **единого пространства** детского сада: гармонии среды разных помещений, в том числе физкультурного зала и спортивной площадки

Вся организация педагогического процесса детского сада предполагает свободу передвижения ребенка. Детям должны быть доступны все функциональные пространства детского сада, включая те, которые предназначены для взрослых. Конечно, доступ в помещения для взрослых, например в методический кабинет, кухню или прачечную, должен быть ограничен, но не закрыт, так как труд взрослых всегда интересен детям. Способность детей-выпускников свободно ориентироваться в пространстве и времени помогает им легко адаптироваться к особенностям школьной жизни.

В соответствии со Стандартом РППС должна обеспечивать и гарантировать:

➤ охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, в том числе с учетом специфики информационной социализации и рисков Интернет-ресурсов, проявление уважения к их человеческому достоинству, чувствам и потребностям, формирование и поддержку положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях, в том числе при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе;

➤ максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, группы и прилегающих территорий, приспособленных для реализации образовательной программы, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития;

➤ построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;

➤ создание условий для ежедневной трудовой деятельности и мотивации непрерывного самосовершенствования и профессионального развития педагогических работников, а также содействие в определении собственных целей, личных и профессиональных потребностей и мотивов;

➤ открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки в деле образования и воспитания детей, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки обра-

зовательных инициатив внутри семьи; построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на уважение достоинства и личности, интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития и соответствующие возрастные и индивидуальные особенности (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

➤ создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ в Организации, для детей, принадлежащих к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющих различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

РППС обладает свойствами открытой системы и выполняет образовательную, воспитывающую, мотивирующую функции. Среда должна быть не только развивающей, но и развивающейся.

Предметно-пространственная среда Организации должна обеспечивать возможность реализации разных видов детской активности, в том числе с учетом специфики информационной социализации детей и правил безопасного пользования Интернетом: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, конструирования, восприятия произведений словесного, музыкального и изобразительного творчества, продуктивной деятельности и пр. в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностям и учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

РППС создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

➤ **содержательно-насыщенной** – включать средства обучения (в том числе технические и информационные), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

➤ **трансформируемой** – обеспечивать возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;

➤ **полифункциональной** – обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

➤ **доступной** – обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

➤ **безопасной** – все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности, а также правила безопасного пользования Интернетом.

Спортивный зал – сложная функциональная система, назначение которой – рациональная организация образовательно-воспитательного процесса направленного на физическое развитие воспитанников. Спортивный зал оборудуется системой средств физического развития, мебелью, приспособлениями, игровым и спортивным оборудованием. Задача спортивного зала – создавать все необходимые условия для физкультурно – оздоровительной деятельности детей.

Для успешной реализации оздоровительных задач, решаемых в ДОУ, необходимо соблюдение многих условий, одним из которых является создание предметно-пространственной

среды спортивного зала. В спортивный зал, который не только заполнен необходимым оборудованием, позволяющим увлечь ребят двигательной деятельностью, но и привлекает своей яркостью, оформлением, ребятам всегда захочется вернуться. Правильное расположение спортивного инвентаря, позволяет рационально использовать время, отведенное на занятие, его разнообразие позволяет увлечь двигательной деятельностью, а творческий подход педагога, обеспечивает неисчерпаемый интерес дошколят к занятиям в спортивном зале. Построение развивающей среды в спортивном зале с учетом всех принципов обеспечивает воспитанникам чувство психологической защищенности, помогает формированию личности, развитию двигательных способностей, овладению разными способами двигательной деятельности.

Созданная эстетическая среда, вызывает чувство радости, эмоционально-положительное отношение к двигательной деятельности, желание заниматься в спортивном зале, побуждает к активности, способствует развитию ребенка. Спортивно-оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития.

3.5. Режим дня и распорядок

Правильный режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

При осуществлении режимных моментов учитываются индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т.д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Организация режима дня

При проведении режимных процессов МАДОУ придерживается следующих **правил**:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
- Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные принципы построения режима дня:

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы

определен свой режим дня. В детском саду выделяют следующее возрастное деление детей по группам:

➤ Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

Организация жизни детей в МАДОУ опирается на определённый суточный режим, который представляет собой рациональное чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими обоснованиями:

– Оптимальное время для физической деятельности – время подъёма физической работоспособности: с 7 до 10 часов, с 11 до 13 часов, с 17 до 19 часов.

Режим жизнедеятельности воспитанников ДОУ составлен так, что в нем сочетаются разные виды деятельности детей в течение дня:

➤ непосредственно образовательная деятельность, именуемая нами как специально-организованная деятельность (занятия) - (интеграция с другими образовательными областями, комплексная, по подгруппам, фронтальная);

➤ индивидуальная работа с детьми;

➤ проектная деятельность;

➤ подвижные игры, физические упражнения, спортивные игры и другие виды физической активности в физкультурном зале, групповом помещении и на воздухе;

➤ пальчиковые игры, артикуляционная гимнастика, произношение чистоговорок, физминутки, минутки безопасности; инструктирование детей по мерам личной безопасности при различных видах деятельности.

Образовательный процесс с детьми всех возрастных групп включает время, отведенное на:

✓ образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, двигательной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения);

✓ образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;

✓ самостоятельную деятельность;

✓ взаимодействие с семьями детей по реализации общеобразовательной программы дошкольного воспитания.

3.6. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий в группах раннего возраста

В раннем возрасте используется тематическое планирование содержания образовательного процесса. Темы определяются исходя из потребностей обогащения детского опыта: предметный мир, социальный мир, мир природы и пр. Например, могут быть такие темы: «Наш детский сад», «Игрушки», «Я и мои друзья», «Домашние животные», «Мы едем-едем-едем», «Мама, папа и я» и т.п. Тема планируется на 3-5 дней. Она объединяет содержание, методы и приемы из разных образовательных областей. Для работы с детьми 1,5-3 лет эффективно *сюжетно-тематическое планирование* образовательного процесса. В этом случае образовательный процесс строится вокруг конкретных игровых персонажей, определяющих в рамках темы на некоторый отрезок времени «сюжет» и содержание детской жизни.

В планировании работы учитываются принципы сезонности, повторяемости содержания с определенным усложнением, нарастания самостоятельности и активности детей. В содержании планирования учитываются также доступные пониманию детей праздники, такие как Новый год, день рождения и т.п.

Все содержание образовательного процесса должно обеспечивать развитие познавательной и эмоциональной сферы детей, обогащению их личного опыта, росту самостоятельности и давало каждому ребенку ощущение единой дружной семьи и радости общения со сверстниками и взрослыми в детском саду.

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий в группах

дошкольного возраста

Задача воспитателя наполнить ежедневную жизнь детей увлекательными и полезными делами, создать атмосферу радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам. Для организации традиционных событий эффективно использование календарно-тематического планирования образовательного процесса (Приложение 5). Темы определяются исходя из интересов детей и потребностей детей, необходимости обогащения детского опыта и интегрируют содержание, методы и приемы из разных образовательных областей. Единая тема отражается в организуемых воспитателем образовательных ситуациях детской практической, игровой, изобразительной деятельности, в музыке, в наблюдениях и общении воспитателя с детьми. В организации образовательной деятельности учитывается также принцип сезонности. Тема «Времена года» находит отражение, как в планировании образовательных ситуаций, так и в свободной, игровой деятельности детей. В организации образовательной деятельности учитываются также доступные пониманию детей сезонные праздники, такие как Новый год, Проводы Зимухи-зимы и т.п., общественно-политические праздники (День народного единства России, День Защитника Отечества, Международный Женский день, День Победы и др.)

Для развития детской инициативы и творчества воспитатель проводит отдельные дни обычно – как «День космических путешествий», «День волшебных превращений», «День лесных обитателей». В такие дни виды деятельности и режимные процессы организуются в соответствии с выбранным тематическим замыслом и принятыми ролями: «космонавты» готовят космический корабль, снаряжение, готовят космический завтрак, расшифровывают послания инопланетян, отправляются в путешествие по незнакомой планете и пр. В общей игровой, интересной, совместной деятельности решаются многие важные образовательные задачи.

Во второй половине дня не более двух раз в неделю проводятся дополнительные занятия по выбору дошкольного учреждения: компьютерные игры, иностранный язык, ритмика и т.п. В это время планируются также тематические вечера досуга, занятия в кружках, свободные игры и самостоятельная деятельность детей по интересам, театрализованная деятельность, слушание любимых музыкальных произведений по «заявкам» детей, чтение художественной литературы, доверительный разговор и обсуждение с детьми интересующих их проблем.

План работы с детьми является обязательной педагогической документацией воспитателя. Единых правил ведения этого документа нет, поэтому он может быть составлен в любой удобной для педагога форме. Но как бы ни был оформлен план образовательной работы с детьми, он должен отвечать определенным требованиям:

- основываться на принципе развивающего образования, целью которого является развитие каждого ребенка;
- комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- принципе интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников группы;
- обеспечивать единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач образования воспитанников, в процессе реализации которых формируются знания, умения и навыки, имеющие непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- планируемое содержание и формы организации детей должны соответствовать возрастным и психолого-педагогическим основам дошкольной педагогики.

В планировании необходимо учитывать, что программные образовательные задачи решаются в процессе совместной деятельности ребенка со взрослым, самостоятельной деятельности детей как в ходе непосредственно образовательной деятельности, так и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Кроме того, необходимо учитывать, что образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности (игровой, двигательной, познавательно - исследовательской, коммуникативной, продуктивной, музыкально - художественной, трудовой, чтения художественной литературы) и соответствующих им образовательных областей или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы.

ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Нижневартовска детского сада №32 "Брусничка"
на 2023-2024 учебный год

Начало учебного года: 01.09.2023
 Конец учебного года: 31.05.2024

1 полугодие: 17 недель, 85 дней - 01.09.2023 - 29.12.2023
 2 полугодие: 19 недель 3 дня, 96 дней - 08.01.2024 - 31.05.2024

Летний период: 01.06.2024 - 31.08.2024
 Количество учебных недель, дней в году:
 всего: 36 недель 3 дня, 183 учебных дня

у	учебный день
в	выходной день
п	праздничный день
л/п	летний оздоровительный период

Месяц	Сентябрь																																	
Неделя	1	1							2							3							4							Итого:				
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	4 недели			
	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	1 день		
Кол-во уч.дней	1	5							5							5							5							1	21			
Месяц	Октябрь																																	
Неделя	5					6					7					8					9					Итого:								
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	4 недели		
	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	2 дня		
Кол-во уч.дней	5					5					5					5					5					2		22						
Месяц	Ноябрь																																	
Неделя	9			10			10			11			11			12			12			Итого:												
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	4 недели			
	у	у	у	п	в	в	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	1 день			
Кол-во уч.дней	3			4			1			3			3			2			4			1			4			4			21			
Месяц	Декабрь																																	
Неделя	12	13							14							15							16							Итого:				
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	4 недели		
	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	1 день	
Кол-во уч.дней	1	5							5							5							5							2		21		
Месяц	Январь																																	
Неделя	17							18							19							20							Итого:					
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	3 недели		
	п	п	п	п	п	п	п	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	3 дня
Кол-во уч.дней	7							5							5							5							3		18			
Месяц	Февраль																																	

Неделя	20				21					22							23					24					Итого:											
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	Итого:								
	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	п	в	в	у	у	у	у									
Кол-во уч.дней	2				5							5							4								4					20						
Месяц	Март																																					
Неделя	24	25					26					27					28					Итого:																
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Итого:						
	у	в	в	у	у	у	у	п	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в						
Кол-во уч.дней	1			4								5							5								5									20		
Месяц	Апрель																																					
Неделя	29					30					31					32					33		Итого:															
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Итого:							
	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	у	в	в	у	у							
Кол-во уч.дней	5							5							5							5												2			22	
Месяц	Май																																					
Неделя	33					34					35					36					Итого:																	
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	Итого:						
	п	в	в	в	в	у	у	у	п	в	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у	в	в	у	у	у	у	у							
Кол-во уч.дней						3							5							5										5						18		
Месяц	Июнь																																					
Неделя																																						
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30								
			л/п								л/п			л/п				л/п						л/п														
Месяц	Июль																																					
Неделя																																						
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
	л/п									л/п						л/п						л/п						л/п										
Месяц	Август																																					
Неделя																																						
Дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							

Приложение 2

Учебный план, объем недельной образовательной нагрузки по разделу «Физическое развитие»

Образовательная деятельность по разделу «Физическое развитие» осуществляется инструктором по физической культуре.

Занятия проводятся 3 раза в неделю, два занятия в спортивном зале и одно на улице.

№	Группа	Количество занятий			Учебная нагрузка в минутах
		в неделю	в месяц	в год	
1.	Группа общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет	3	12	108	15
2.	Группа общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет	3	12	108	20
3.	Группа общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет	3	12	108	25
4.	Группа общеразвивающей направленности для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений	3	12	108	30

Время проведения утренней гимнастики

группа	Группа для детей от 3 до 4 лет	Группа для детей от 4 до 5 лет	Группа для детей от 5 до 6 лет	Группа для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений
Ежедневно	10 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.

Расписание образовательной деятельности по разделу «Физическое развитие» на 2023– 2024 учебный год

	Группы для детей от 3 до 4 лет			Группы для детей от 4 до 5 лет		Группы для детей от 5 до 6 лет			Группы от 6 лет до прекращения образовательных отношений			
	1	4	6	3	12	9	10	13 (ТНР)	7	8	11	14 (ТНР)
понедельник	09.00-09.15 Физкультура		09.25-09.40 Физкультура			10.25-10.50 Физкультура	9.50-10.15 Физкультура		11.15-11.45 Физкультура (y)			
												15.30-16.00 Физкультура
вторник				09.00-9.20 Физкультура	09.30-9.50 Физкультура			10.00-10.25 Физкультура		10.50-11.20 Физкультура		11.30-12.00 Физкультура (y)
		15.30-15.45 Физкультура									15.55-16.25 Физкультура	
среда		11.05-11.20 Физкультура (y)	10.50-11.05 Физкультура (y)			9.00-9.25 Физкультура	9.35-10.00 Физкультура		10.10-10.40 Физкультура		11.30-12.00 Физкультура (y)	
	16.00-16.15 Физкультура				15.30-15.50 Физкультура							
четверг	10.40-10.55 Физкультура (y)	9.40-9.55 Физкультура		10.55-11.15 Физкультура (y)		11.15-11.40 Физкультура (y)		10.05-10.30 Физкультура		11.40-12.10 Физкультура (y)		09.00-09.30 Физкультура
									15.30-16.00 Физкультура			
пятница			9.00-9.15 Физкультура		10.30-10.50 Физкультура (y)		11.15-11.40 Физкультура (y)	10.50-11.15 Физкультура (y)			9.40-10.10 Физкультура	
				15.30-15.50 Физкультура						16.00-16.00 Физкультура		

Комплексно - тематическое планирование

Неделя	Группа для детей от 3 до 4 лет	Группа для детей от 4 до 5 лет	Группа для детей от 5 до 6 лет	Группа для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений
1	Я в детском саду	Впечатления о лете	Впечатления о лете	Впечатления о лете
2	Мир вокруг нас «Наш участок: мы гуляем!»	Детский сад	Детский сад	Детский сад
3	Осень.	Осень.	Осень. Осеннее настроение.	Осень. Осеннее настроение.
4	Дары осени	Профессии наших родителей	Дары осени Уборка урожая.	Дары осени Уборка урожая.
5	Мир игры	Дары осени	День пожилого человека	День пожилого человека
6	Книжки для малышей	Мир игры « Из чего сделаны наши игрушки»	Юные экологи	Юные экологи
7	Природа вокруг нас «Чей малыш»	В мире животных	В мире животных	Земля – наш дом
8	Мир природы вокруг нас «Усатый -полосатый»	Домашние животные	Я и мои друзья	Древний мир
9	Мир вокруг нас «Мы едем, едем, едем...»	Законы улицы	Законы улицы. Школа пешеходных наук	Законы улицы. Школа пешеходных наук
10	Природа вокруг нас «Птичий двор»	Мальчики и девочки - друзья	Мир игры	Мир игры
11	Мир красоты (Эталоны цвета)	Я и мои друзья	Азбука настроений	Азбука настроений
12	Я в детском саду «Мир профессий»	Взрослые и дети в детском саду	Профессии родителей	Мир профессий
13	Мама, папа я - дружная семья	День матери	День матери	День матери
14	Зимушка – Зима, у нас в гостях!	Начало зимы	Начало зимы	Начало зимы
15	Мир вокруг нас «Чья одежда?»	Мойдодыр	Страна волшебная - здоровье	Страна волшебная - здоровье
16	Книжки для малышей «В	Страна, в которой я живу	Страна, в которой я живу	Страна, в которой я живу

Неделя	Группа для детей от 3 до 4 лет	Группа для детей от 4 до 5 лет	Группа для детей от 5 до 6 лет	Группа для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений
	гостях у сказки»			
17	Здравствуй, Дедушка Мороз!	К нам приходит Новый год	К нам приходит Новый год.	К нам приходит Новый год.
18	Ёлка у нас в гостях!	Рождественское чудо	Рождественское чудо	Рождественское чудо
19	Мир игры «Уютный домик»	Идем в музей.	Идем в музей народного промысла.	Идем в музей народного промысла.
20	Мир вокруг нас «Маленькая хозяйка»	Мир вокруг нас «Из чего сделаны предметы»	Мир технических чудес	Мир технических чудес
21	Мир природы и красоты «Зоопарк»	Зима	Зима	Зима
22	Мир вокруг нас «Водичка-водичка, умой мое личико»	Мой мир	Мой мир	Мой мир
23	Мир вокруг нас «Дома бывают разные»	Моя малая Родина город Нижневартовск	Моя малая Родина город Нижневартовск	Моя малая Родина город Нижневартовск
24	Папа, мама, я – дружная семья « Наши папы»	Защитники Отечества	Защитники Отечества	Защитники Отечества
25	Весна пришла	Права детей в России	Права детей в России	Права детей в России
26	Папа, мама, я – дружная семья «Наши любимые мамочки»	Начало весны. Красота в искусстве и в жизни.	Начало весны. Красота в искусстве и в жизни.	Начало весны. Красота в искусстве и в жизни.
27	Мир игры «Из чего сделаны наши игрушки?»	Весна пришла	Весна пришла	Весна пришла
28	Мир вокруг нас «Светит солнышко в окошко»	Юмор в нашей жизни	Юмор в нашей жизни	Юмор в нашей жизни
29	Мир вокруг нас «День и ночь – друг за другом ходят!»	Тайна третьей планеты	Тайна третьей планеты	Тайна третьей планеты
30	Книжки для малышей «Театральное представление»	Книжкина неделя	Книжкина неделя	Книжкина неделя
31	Мир вокруг нас «Мир фигур»	«Спичка невелика»	«Спичка невелика»	С огнем не шути.
32	Природа и красота вокруг	Дружба народов	Дружба народов	Дружба народов

Неделя	Группа для детей от 3 до 4 лет	Группа для детей от 4 до 5 лет	Группа для детей от 5 до 6 лет	Группа для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений
	нас «Весна, весна и все ей рады!»			
33	Я в детском саду «Вежливый малыш»	День Победы	День Победы	День Победы
34	Мир вокруг нас «Здоровый малыш»	Здоровячок	Здоровячок	Здоровячок
35	Природа вокруг нас «Весенний букет»	«Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли»	Водоем и его жители.	Водоем и его жители.
36	Природа вокруг нас «В мире животных»	Весна в городе	Лето пришло	До свидания, детский сад

Приложение 5

Лексические темы для группы компенсирующей направленности для детей с тяжелым нарушением речи

№ недели	Лексическая тема	Примерное содержание
1-2	«До свидания, лето!».	Отпуск, спортивные летние игры, спортивный инвентарь, игрушки.
3	Осень.	Труд людей в городе и деревне. Продукты питания из пшеницы.
4		Одежда и обувь людей, уточнение различительных особенностей одежды и обуви
5	Мир растений	Осень. Огород. Овощи.
6		Сад. Фрукты.
7		Принципиальное отличие фруктов от овощей.
8	Мир животных.	Лес, растительность леса: трава, кусты, деревья, ягоды, цветы.
9		Дикие животные леса, их детеныши.
10		Домашние животные
11		Дикие животные леса. Животные Севера, Арктики, морей.
12	Мир птиц.	Птицы домашние.
13		Птицы лесные, водоплавающие, северные, жарких стран.
14	Югра - наш дом родной.	Образование округа Югра, ханты и манси коренные жители округа, их культура и традиции.
15	Зима	Зима. Признаки, приметы, изменения в природе, погоде.
16		Зимняя одежда и обувь.
17	Новогодние при-	Новый год

	ключения.	
18	Мой город.	Достопримечательности
19		Профессии нашего города
20		Транспорт
21	Мой дом, моя квартира.	Мебель
22		Посуда
23	День защитника Отечества.	Армия
24	Кем быть?	Профессии
25	8 марта	8 Марта — женский день.
26	Я и моя семья.	Семья, члены семьи, кто кому кем приходится.
27		Человек, его части тела, лица. Органы чувств.
28	Весна	Ранняя весна.
29		Весенняя одежда и обувь.
30	Космос	Космические путешествия
31	Мой любимый детский сад».	Детский сад. Службы и профессии детского сада.
32		Игрушки.
33	Мир, труд, май. День победы	День Победы
34	Лето	Изменения в мире животных, птиц, насекомых. Первые цветы.
35		Изменения в природе с наступлением тепла. Цветы, насекомые.
36		летние спортивные игры, путешествия.

Приложение 6

Примерная циклограмма детских праздников

Название праздника (события)	Краткая информационная справка	Рекомендуемое время проведения праздника (события)	Форма проведения праздника	Подготовка к празднику
1	2	3	4	5

День знаний	1 сентября – праздник начала нового учебного года. Официально был учрежден 1 сентября 1984 года.	1 сентября		- придумывание для первоклассников физкультминуток, мини-гимнастики для глаз, подвижных игр на перемене;
Международный день врача	Профессия врача относится к одной из самых древних. По инициативе Всемирной организации здравоохранения отмечается Международный день врача. Это день солидарности и активных действий врачей всего мира	3-я неделя октября	музыкальное развлечение (основы ЗОЖ);	- «соревнования» в оказании первой медицинской помощи пострадавшему;
День народного единства	4 ноября – день Казанской иконы Божией Матери – с 2005 года отмечается как «День народного единства». 4 ноября 1612 года воины народного ополчения под предводительством Кузьмы Минина и Дмитрия	1-я неделя ноября	спортивное развлечение (подвижные игры народов России);	- разучивание подвижных игр народов России.
День матери	Праздник «День Матери» основан Президентом Российской Федерации 30 января 1998 года, он празднуется в последнее воскресенье ноября, воздавая должное материнскому труду и их бескорыстной жертве ради блага своих детей. Среди многочисленных праздников, отмечаемых в нашей стране, «День Матери» занимает особое место.	4-я неделя ноября	спортивный конкурс (с участием мам).	- спортивные игры как подготовка к спортивному конкурсу с участием мам;
День защитника Отечества	Сегодня большинство граждан России склонны рассматривать День защитника Отечества не столько, как День Рождения Красной Армии, сколько, как день настоящих мужчин - защитников в широком смысле этого слова.	3-я неделя февраля	- спортивный праздник (с участием пап);	Формирование первичных представлений о Российской армии, о мужчинах как защитниках «малой» и «большой» Родины, всех слабых людей (детей, женщин, стариков, больных). Воспитание уважения к защитникам Отечества: 3-5 лет - подвижные и спортивные игры, эстафеты, конкурсы, соревнования; - соревнования по оказанию первой медицинской помощи;
Всемирный день здоровья	Ежегодное проведение дня здоровья стало традицией с 1950 года. Он проводится для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни и решить, что им нужно	3-я неделя апреля	- спортивный праздник (развлечение).	Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни: 3-5 лет - подвижные игры;

	<p>сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше.</p> <p>Каждый год Всемирный день здоровья посвящается глобальным проблемам, стоящим перед здравоохранением планеты и проходит под разными девизами: «В безопасности твоей крови – спасение жизни многих», «Активность – путь к долголетию», «Окажите помощь»...</p>			<ul style="list-style-type: none"> - эстафеты и соревнования, посвященные празднику; - экскурсии в спортивные учреждения (бассейн, стадион, спортивный комплекс и др.); - проектная деятельность (создание и презентация плаката, памятки, настольно-печатной игры, иллюстрированной энциклопедии здоровья и др.); - беседы по теме праздника (о преимуществах здоровых людей; поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье человека; причинах снижения здоровья; значении физической культуры и закалывающих процедур в укреплении здоровья и т.п.); - организация конкурса рисунков («Мама, папа, я – здоровая семья!»); - спортивные и физкультурные досуги;
Международный день защиты детей	<p>1 июня - один из самых старых международных праздников.</p> <p>Первый Международный день защиты детей был проведен в 1950 году.</p>	1 июня	<ul style="list-style-type: none"> - ярмарка; - развлечение, досуг. 	<p>Формирование представлений о детях как особой категории членов общества, которых защищают взрослые люди: 5-7</p>

Перспективный план образовательной деятельности по разделу «Двигательная активность» для детей от 3 до 4 лет
Количество непосредственно образовательной деятельности в год (далее занятия), осуществляемой инструктором по физической культуре – 108

№ не де ли	Образовательная деятельность, осуществляемая в совместной деятельности педагогов и детей		Образова- тельная дея- тельность, осуществляе- мая в само- стоятельной деятельности детей	Образова- тельная дея- тельность, осуществляе- мая во взаи- модействии с семьями вос- питанников
	непосредственно образовательная деятельность	образовательная де- ятельность в режим- ных моментах		
1	<p><u>Занятие № 1 (зал)</u> Задачи. Учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте (подпрыгивание); в беге врассыпную. Развивать ориентировку в пространстве, внимание; умение согласовывать слова с действиями. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Принеси – не урони», ИМП: «Тишина»</p> <p><u>Занятие № 2 (зал)</u> Задачи. Закреплять ходьбу между двумя линиями, сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте (подпрыгивание); в беге врассыпную. Развивать ориентировку в пространстве, внимание; умение согласовывать слова с действиями. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Принеси – не урони», ИМП: «Тишина»</p> <p><u>Занятие № 3 (улица)</u> Задачи. Упражнять в ходьбе в заданном направлении, беге по кругу. Упражнять в прыжках, владении мячом. Развивать внимание, равновесие. П/игра: «Догони мяч», «Солнышко и дождик» И/упр: «Через ручеек»</p>	<p>П/и: «Принеси – не урони» - учить ребенка производить действия с предметами по сигналу: брать, переносить их, бросать; ходить, сохраняя прямолинейное направление движения; развивать умение ориентироваться в пространстве. ИМП: «Тишина» - упражнять в ходьбе по кругу согласовывая действия со словами.</p>	<p>Развитие самостоятельности и в ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.</p>	<p>Беседы отца и матери - «Зачем нужна утренняя гимнастика?»</p>
2	<p><u>Занятие № 4 (зал)</u> Задачи. Учить прокатывать мяча друг другу двумя руками. Упражнять в ползании на четвереньках, в прыжках; в беге в одном направлении за инструктором. Развивать умение выполнять движения по сигналу; согласовывать движения со словами, дви-</p>	<p>П/И: «Догони мяч» - учить детей бегать за мячом, брать большие и маленькие мячи; ид-</p>	<p>Развитие самостоятельности при игре с мячом.</p>	<p>Играем с мамой: «Подпрыгни до ладошки» -</p>

	<p>гаться ритмично. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Догони мяч» Игра М/П: «Мы с друзьями» Занятие № 5 (зал) Задачи. Учить прокатывать мяча друг другу двумя руками в положении скрестив ноги. Упражнять в ползании на четвереньках, в прыжках; в беге в одном направлении за инструктором. Развивать умение выполнять движения по сигналу; согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Догони мяч» Игра М/П: «Мы с друзьями» Занятие № 6 (улица) Задачи. Упражнять в беге. Упражнять в метании, прыжках. Развивать равновесие, ловкость, глазомер. И/ упр.: «По тропинке», «Целься вернее», «Подпрыгни до ладони» П/игра «Птички в гнездышках сидят»</p>	<p>ти, неся мяч в двух или в одной руке в зависимости от размера мяча. Игра М/П: «Мы с друзьями» - упражнять в ходьбе по кругу, не держась за руки. Развивать внимание, умение действовать по сигналу</p>		<p>упражнять в подпрыгивании.</p>
3	<p>Занятие № 7 (зал) Задачи. Учить в ходьбе и беге колонной по одному, всей группой, парами за инструктором, в ползании по прямой на четвереньках; знакомить с действиями с мячом (как держать мяч двумя руками, переносить его на другую сторону зала, прокатывать вперёд, догонять и поднимать вверх, скатывать по наклонной доске). Упражнять в ходьбе между двумя линиями. П/И: «Солнышко и дождик» Игра М/П: «Мы топаем ногами» Занятие № 8 (зал) Задачи. Отрабатывать умение в ползании по прямой на четвереньках; знакомить с действиями с мячом (как держать мяч двумя руками, переносить его на другую сторону зала, прокатывать вперёд, догонять и поднимать вверх, скатывать по наклонной доске). Упражнять в ходьбе между двумя линиями. П/И: «Солнышко и дождик» Игра М/П: «Мы топаем ногами» Занятие № 9 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе, беге, беге парами. Упражнять в лазании, прокатывании и ловле обруча. Развивать ловкость. П/ упр.: «Прокати обруч», «Принеси игрушку», «Будь осторожен» П/игра «Такси»</p>	<p>П/И: «Солнышко и дождик» - Приучать детей ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу воспитателя. Игра М/П: «Мы топаем ногами» - упражнять детей действовать в соответствии с текстом, выполнять бег по кругу.</p>	<p>Развитие самостоятельности в ползании</p>	<p>Играем с папой – играем в мяч - развивать умение владения мячом</p>

4	<p>Занятие № 10 (зал) Задачи. Учить выполнять прыжки на двух ногах (ноги вместе ноги врозь). Упражнять в ходьбе между линиями, шнурами, в ползании по прямой на четвереньках. Развивать ловкость, внимание. Воспитывать выдержку. П/И: «Огуречик» Игра М/П: «Ходим кругом»</p> <p>Занятие № 11(зал) Задачи. Закреплять прыжки на двух ногах (ноги вместе ноги врозь). Упражнять в ходьбе между линиями, шнурами, в ползании по прямой на четвереньках. Развивать ловкость, внимание. Воспитывать выдержку. П/И: «Огуречик» Игра М/П: «Ходим кругом»</p> <p>Занятие № 12 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге в заданном направлении. Упражнять в прыжках, в беге с одновременным движением рук. Развивать внимание, равновесие. И/упр.: «Перешагни через палку», «Прыгни через шнур» П/игра: «Самолеты»</p>	<p>П/И: «Огуречик» Игра М/П: «Ходим кругом» - Учить действовать по сигналу, выполнять правила игры. Упражнять в беге врассыпную; в ходьбе по кругу, держась за руки. Развивать моторную память, внимание, быструю реакцию.</p>	<p>Развитие самостоятельности в прыжках</p>	<p>Играем с мамой на улице – подлезание под дугу</p>
5	<p>Занятие № 13 (зал) Задачи. Учить сохранять равновесие при ходьбе по наклонной доске. Закреплять умение подпрыгивать на двух ногах; повторить упражнения прокатывания мячей друг другу двумя руками из положения сидя и стоя. Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку. П/И: «Куры в огороде» Игра М/П: «Гуленьки»</p> <p>Занятие № 14 (зал) Задачи. Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе наклонной по доске. Закреплять умение подпрыгивать на двух ногах; повторить упражнения прокатывания мячей друг другу двумя руками из положения сидя и стоя. Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку. П/И: «Куры в огороде» Игра М/П: «Гуленьки»</p> <p>Занятие № 15 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге. Упражнять в ходьбе с перешагиванием, лазании. Развивать ловкость. И/упр.: «Обезьянки», «С кочки на кочку» П/игра «Лошадки»</p>	<p>П/И: «Куры в огороде» Игра М/П: «Гуленьки» - Упражнять в беге врассыпную по сигналу. Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе на ограниченной площади опоры.</p>	<p>Играем с мамой «Лягушки» - упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением.</p>
6	<p>Занятие № 16 (зал)</p>	<p>П/И: «Собираем уро-</p>	<p>Развитие са-</p>	<p>Играем с па-</p>

	<p>Задачи. Учить прокатывать мяч под дуги. Закреплять умение подпрыгивать на двух ногах; повторить упражнения в ползании по прямой на четвереньках. Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков. Упражнять в беге врассыпную. Развивать глазомер, ловкость.</p> <p>П/И: «Собираем урожай» Игра М/П: «Сюрприз в пакете»</p> <p>Занятие № 17 (зал)</p> <p>Задачи. Учить прокатывать мяч между предметами. Закреплять умение подпрыгивать на двух ногах; повторить упражнения в ползании по прямой на четвереньках. Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков. Упражнять в беге врассыпную. Развивать глазомер, ловкость.</p> <p>П/И: «Собираем урожай» Игра М/П: «Сюрприз в пакете»</p> <p>Занятие № 18 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в беге, ходьбе, ходьбе на носочках. Упражнять в лазании. Развивать ловкость, равновесие.</p> <p>И/упр.: «Кто тише?», «По коридорчику», «Проползи через обруч»</p> <p>П/игра «Мыши и кот»</p>	<p>жай»</p> <p>Игра М/П: «Сюрприз в пакете» - Упражнять в; прыжках на двух ногах с продвижением.. Развивать умение согласовывать движения с текстом; воображение, пластичность движений, моторную память.</p>	<p>мостоятельно-сти в прокатывании мяча под дуги.</p>	<p>пой – играем в мяч - развивать умение владения мячом</p>
7	<p>Занятие № 19 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ползать «змейкой» между предметами. Упражнять в ходьбе по ограниченной площади опоры, закреплять умения катать мяч под дуги, Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/И: «Кролики», Игра М/П: «Найди лошадку»</p> <p>Занятие № 20 (зал)</p> <p>Задачи. Закреплять умение ползать «змейкой» между предметами. Упражнять в ходьбе по ограниченной площади опоры, закреплять умения катать мяч под дуги, Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/И: «Кролики», Игра М/П: «Найди лошадку»</p> <p>Занятие № 21 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге в заданном направлении, в колонне по одному. Упражнять в лазании. Развивать ловкость, ориентацию в пространстве.</p> <p>И/упр.: «Найди свой домик»,</p> <p>П/игра «Наседка и цыплята», «Поезд»</p>	<p>П/И: «Кролики»-упражнять детей действовать по сигналу, выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, бег врассыпную, находить свое место.</p> <p>Игра М/П: «Найди лошадку» - Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве.</p>	<p>Развитие самостоятельности в ползании между предметами</p>	<p>Играем с мамой «Гусеница» - упражнять в ползании между предметами</p>
8	<p>Занятие № 22 (зал)</p> <p>Задачи. Учить прыжкам на двух ногах на месте. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в ползании «змейкой» между предметами. Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями. Развивать ловкость; умение выполнять движения в соответствии с</p>	<p>П/И: Кот Васька» - учить действовать по сигналу. Упражнять в беге с увертыванием.</p>	<p>Развитие в прыжках с продвижением вперед.</p>	<p>Играем с мамой – упражнять в ползании под</p>

	<p>текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Кот Васька» Игра М/П: «Котенок»</p> <p>Занятие № 23 (зал) Задачи. Учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперед. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в ползании «змейкой» между предметами. Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями. Развивать ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Кот Васька» Игра М/П: «Котенок»</p> <p>Занятие № 24 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге. Упражнять ловле и бросании мяча, в прыжках. Развивать внимание, ловкость. И/упр.: «Принеси флажок», «Поймай мяч», «Дотронься до мяча» П/игра: «Птички летают»</p>	<p>Развивать ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; Игра М/П: «Котенок» - упражнять в прыжках на месте до предмета.</p>		<p>шнур с опорой на ладони и колени</p>
9	<p>Занятие № 25 (зал) Задачи. Учить ходьбе и бегу в колонне по одному, ходьбе с переступанием через предметы. Упражнять в мягком приземлении при прыжках, в прокатывании мяча под дуги; развивать ловкость, силу и глазомер; Воспитывать выдержку. П/И: «Трамвай» Игра М/П: «Большие и маленькие машины»</p> <p>Занятие № 26 (зал) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия при перешагивании через предметы. Упражнять в мягком приземлении при прыжках, в прокатывании мяча под дуги; развивать ловкость, силу и глазомер; Воспитывать выдержку. П/И: «Трамвай» Игра М/П: «Большие и маленькие машины»</p> <p>Занятие № 27 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге. Упражнять в метании на дальность. Развивать ловкость, глазомер. И/упр.: «Принеси кубик», «Пройди и не сбей», «Кто дальше бросит мешочек?» П/игра: «Лохматый пес»</p>	<p>П/И: «Трамвай» - упражнять в ходьбе и беге парами по сигналу. Закреплять сигналы светофора. Игра М/П: «Большие и маленькие машины» - Учить действовать по сигналу. Упражнять в ходьбе по кругу.</p>	<p>Развитие самостоятельности при перешагивании через предметы.</p>	<p>Играем с мамой «Лягушки» - упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением.</p>
10	<p>Занятие № 28 (зал) Задачи. Учить ловить мяч брошенный взрослым; Упражнять в ползании между предметами, в прыжках с продвижением вперед. Развивать глазомер, ловкость, силу. Воспитывать выдержку. П/И: «Наседка и цыплята» Игра М/П: «Где цыпленок»</p> <p>Занятие № 29 (зал) Задачи. Учить подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его. Упражнять в ползании между предметами, в прыжках с продвижением вперед. Развивать глазомер,</p>	<p>П/И: «Наседка и цыплята»- упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег и ходьбу в рассыпанную, использовать всю площадь зала. Игра М/П: «Где цып-</p>	<p>Развитие самостоятельности в играх с мячом.</p>	<p>Соревнуемся с папой –«Кто дальше бросит снежок?» - упражнять в метании на дальность</p>

	<p>ловкость, силу. Воспитывать выдержку. П/И: «Наседка и цыплята» Игра М/П: «Где цыпленок» Занятие № 30 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, беге парами ходьбе с перешагиванием. Упражнять в скатывании мяча. Развивать глазомер, внимание, равновесие. И/упр.: «Скати с горочки», «По трудной дорожке» П/игра: «Конники»</p>	<p>ленок» - Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве.</p>		
11	<p>Занятие № 31 (зал) Задачи. Учить ходьбе и бегу по кругу друг за другом, в рассыпную, используя всю площадь зала, ползанию по наклонной доске. Закреплять умение бросать и ловить мяч, бросать мяч вверх и ловить его. Развивать ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами. П/И: «Найди свой цвет», Игра М/П «Хоровод» Занятие № 32 (зал) Задачи. Закреплять ходьбу и бег по кругу друг за другом, в рассыпную, используя всю площадь зала, ползание по наклонной доске. Закреплять умение бросать и ловить мяч, бросать мяч вверх и ловить его. Развивать ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами. П/И: «Найди свой цвет», Игра М/П «Хоровод» Занятие № 33 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, ходьбе парами. Упражнять в метании. Развивать глазомер, равновесие. И/упр.: «Попади в круг», «Через ручеек» П/игра: «Трамвай»</p>	<p>П/И: «Найди свой цвет» Игра М/П «Хоровод» - Упражнять в беге в рассыпную. Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать внимание, умение различать цвета, действовать по сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p>	<p>Развитие самостоятельности при прыжках из обруча в обруч.</p>	<p>Играем с папой – играем в мяч - развивать умение владения мячом</p>
12	<p>Занятие № 34 (зал) Задачи. Учить прыжкам из обруча в обруч. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в ползании по наклонной доске. Развивать внимание, умение различать цвета; действовать по зрительному сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Бегите к флажку» Игра М/П: «Пингвины на льдинах» Занятие № 35 (зал) Задачи. Отрабатывать прыжки из обруча в обруч отталкиваясь двумя ногами. Упражнять в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в ползании по наклонной доске. Развивать внимание, умение различать цвета; действовать по зрительному сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Бегите к флажку» Игра М/П: «Пингвины на льдинах» Занятие № 36 (улица)</p>	<p>П/И: «Бегите к флажку» Игра М/П: «Пингвины на льдинах» - Упражнять в беге в рассыпную. Развивать внимание, умение различать цвета; действовать по зрительному сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p>	<p>Развитие самостоятельности в прыжках из обруча в обруч.</p>	<p>Играем с папой – играем в мяч - развивать умение владения мячом дальность.</p>

	<p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге. Упражнять в бросании и ловле мяча. Развивать равновесие, глазомер, внимание. И/упр.: Подбрось повыше», «Через ручеек» П/игра «Воробушки и кот»</p>			
13	<p>Занятие № 37 (зал) Задачи. Учить ходьбе с переступанием через палку поднятую на высоту 10 – 15 см. Упражнять в ловле мяча брошенного инструктором, броске и ловле мяча; в прыжках из обруча в обруч. Развивать ловкость и глазомер. Развивать ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Бегите к маме» Игра М/П: «За мамой»</p> <p>Занятие № 38 (зал) Задачи. Учить ходьбе с переступанием через веревку поднятую на высоту 10 – 15 см. Упражнять в ловле мяча брошенного инструктором, броске и ловле мяча; в прыжках из обруча в обруч. Развивать ловкость и глазомер. Развивать ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Бегите к маме» Игра М/П: «За мамой»</p> <p>Занятие № 39 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе, прыжках, приседании. Развивать равновесие, ловкость. И/упр. «По снежному мостику», «С кочки на кочку» П/игра «По ровненькой дорожке», «Поезд»</p>	<p>П/И: «Бегите к маме»-упражнять детей действовать по сигналу, выполнять бег в прямом направлении одновременно всей группой. Игра М/П: «За мамой» - упражнять в ходьбе друг за другом не обгоняя.</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе по ограниченной площади опоры.</p>	<p>Играем с мамой: «Пройди – не упади» - развивать равновесие</p>
14	<p>Занятие № 40 (зал) Задачи. Учить бросать мяч о землю и пытаться его ловить. Упражнять в прыжках из обруча в обруч, в ползании по наклонной доске, в ходьбе и беге в рассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; развивать ловкость и глазомер. Воспитывать выдержку. П/И: «Берегись - заморожу» Игра М/П: «Зимние забавы»</p> <p>Занятие № 41 (зал) Задачи. Учить отбивать мяч об пол 2-3 раза подряд. Упражнять в прыжках из обруча в обруч, в ползании по наклонной доске, в ходьбе и беге в рассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; развивать ловкость и глазомер. Воспитывать выдержку. П/И: «Берегись - заморожу» Игра М/П: «Зимние забавы»</p> <p>Занятие № 42 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе со мной направления, беге. Развивать равновесие, умение согласовывать движения с текстом. И/упр: «Разбегись и прокатись» П/игра «Найди свой домик», «Снежинки и ветер»</p>	<p>П/И: «Берегись - заморожу» - упражнять в беге с увертыванием, развивать ловкость. Игра М/П: «Зимние забавы» - упражнять в умении согласовывать движения с текстом.</p>	<p>Развитие самостоятельности при играх с мячом.</p>	<p>Играем с мамой «Лягушки» - упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением.</p>

15	<p>Занятие № 43 (зал) Задачи. Учить построению парами и ходьбе в парах, пролезать в обруч прямо; закреплять умение правильно координировать движения рук и ног; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе с переступанием через палку, веревку; в броске и ловле мяча. Развивать ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Кто первый?», Игра М/П: «Найди платочек»</p> <p>Занятие № 44 (зал) Задачи. Учить пролезать в обруч боком; построению парами и ходьбе в парах, закреплять умение правильно координировать движения рук и ног; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе с переступанием через палку, веревку; в броске и ловле мяча. Развивать ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Кто первый?», Игра М/П: «Найди платочек»</p> <p>Занятие № 45 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге. Упражнять в метании. Развивать равновесие, глазомер. И/упр.: «Саный круг», «Стенка – мишень» П/игра: «Зима пришла»</p>	<p>П/И: «Кто первый?» - упражнять в беге наперегонки. Игра М/П: «Найди платочек» -упражнять в ориентировке в пространстве.</p>	<p>Развитие самостоятельности в пролезании в обруч прямо и боком.</p>	<p>Соревнуемся всей семьёй – «Кто быстрее добежит до...» - развивать скоростные качества</p>
16	<p>Занятие № 46 (зал) Задачи. Учить построению парами и ходьбе в парах, прыжках вокруг предметов и между ними; закреплять умение правильно координировать движения рук и ног, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе с переступанием через палку, в подлезании в обруч прямо и боком. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Зайка беленький сидит» Игра М/П: «Снежки»</p> <p>Занятие № 47 (зал) Задачи. Продолжать учить построению парами и ходьбе в парах, прыжках вокруг предметов и между ними; закреплять умение правильно координировать движения рук и ног, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе с переступанием через палку, в подлезании в обруч прямо и боком. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Зайка беленький сидит» Игра М/П: «Снежки»</p> <p>Занятие № 48 (улица) Задачи. Упражнять в беге, ходьбе на четвереньках, метании. Развивать глазомер, внимание. И/упр.: «Белые медведи», «Снайпер»</p>	<p>П/И: «Зайка беленький сидит» - развивать у детей умение согласовывать движения со словами, бегать, подпрыгивать на двух ногах; Игра М/П: «Снежки» - развивать глазомер.</p>	<p>Развитие самостоятельности в прыжках</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом</p>

	П/игра: «Берегись, заморожу», «Лиса в курятнике»			
17	<p>Занятие № 49 (зал) Задачи. Учить ходьбе по наклонной доске, ходьбе и беге «змейкой», в ходьбе с приседанием. Закреплять умение правильно приземляться (на обе ноги сразу, сгибая ноги в коленях, смотреть вперёд при приземлении), бросать мяч о землю и попытке ловить. Развивать гибкость; внимание, ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Под елкой зайка сидит» Игра М/П: «Найдем Снегурочку»</p> <p>Занятие № 50 (зал) Задачи. Продолжать учить ходьбе по наклонной доске, ходьбе и беге «змейкой», в ходьбе с приседанием. Закреплять умение правильно приземляться (на обе ноги сразу, сгибая ноги в коленях, смотреть вперёд при приземлении), бросать мяч о землю и попытке ловить. Развивать гибкость; внимание, ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Под елкой зайка сидит» Игра М/П: «Найдем Снегурочку»</p> <p>Занятие № 51 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе «змейкой», беге, прыжках. Развивать ловкость, внимание. И/упр.: «Санная путаница», «Попрыгунчик около санок» П/игра «Зайка беленький сидит»</p>	<p>П/И: «Под елкой зайка сидит» - Упражнять в прыжках с продвижением; беге врассыпную, ловкости. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. Игра М/П: «Найдем Снегурочку» - упражнять в ориентировке в пространстве.</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе по ограниченной площади опоры.</p>	<p>Соревнуемся с папой – «Кто точнее бросит снежок?» - развивать меткость</p>
18	<p>Занятие № 52 (зал) Задачи. Учить бросать большой мяч двумя руками через веревку. Упражнять в прыжках вокруг предметов и между ними; в пролезании в обруч; Развивать гибкость; внимание, ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Береги свой снежок». Игра М/П: «Хоровод вокруг снежной бабы»</p> <p>Занятие № 53 (зал) Задачи. Учить бросать маленький мяч одной рукой через веревку, сетку. Упражнять в прыжках вокруг предметов и между ними; в пролезании в обруч; Развивать гибкость; внимание, ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Береги свой снежок» Игра М/П: «Хоровод вокруг снежной бабы»</p> <p>Занятие № 54 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, метании, приседании, поворотах туловища. Развивать глазомер, внимание.</p>	<p>П/И: «Береги свой снежок» Игра М/П: «Хоровод вокруг снежной бабы» - Упражнять детей в ходьбе по кругу, умения действовать по сигналу. Развивать внимание, ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p>	<p>Развитие самостоятельности в играх с мячом.</p>	<p>Соревнуемся с папой – «Кто дальше бросит снежок?» - упражнять в метании на дальность</p>

	И/упр: «Парное катание», «Кто дальше?» П/игра «Снежиночки-пушиночки»			
19	<p>Занятие № 55 (зал) Задачи. Учить группироваться при подлезании под дуги; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в броске большого мяча через сетку; в ходьбе по наклонной доске. Развивать глазомер и ловкость. Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Найди свою скамеечку», Игра М/П: «Волшебные стульчики»</p> <p>Занятие № 56 (зал) Задачи. Закреплять умение группироваться при подлезании под дуги; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в броске большого мяча через сетку; в ходьбе по наклонной доске. Развивать глазомер и ловкость. Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Найди свою скамеечку», Игра М/П: «Волшебные стульчики»</p> <p>Занятие № 57 (улица) Задачи. Упражнять в беге, ходьбе, прокатывании. Развивать ловкость, глазомер. И/упр.: «Снежный ком», «Оленьи упряжки» П/игра «Зайцы и волк»</p>	<p>П/И: «Найди свою скамеечку» Игра М/П: «Волшебные стульчики» - Упражнять в беге враспынную. Развивать внимание, умение ориентироваться в пространстве; умение выполнять движения в соответствии с текстом; моторную память.</p>	<p>Развитие самостоятельности в пролезании под дуги</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом.</p>
20	<p>Занятие № 58 (зал) Задачи. Учить приземляться на полусогнутые ноги при выполнении прыжков в глубину. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в подлезании под дугу; развивать ловкость. Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Мыши в кладовой», Игра М/П: «Котик к печке подошел»</p> <p>Занятие № 59 (зал) Задачи. Закреплять прыжки в глубину. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, в подлезании под дугу; развивать ловкость. Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. П/И: «Мыши в кладовой», Игра М/П: «Котик к печке подошел»</p> <p>Занятие № 60 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, ходьбе на четвереньках. Упражнять в метании. Развивать глазомер, ловкость. И/упр.: «Снайперы», «Веселые тройки» П/игра «Белые медведи»</p>	<p>П/И: «Мыши в кладовой» - упражнять детей выполнять бег враспынную, подлезание под шнур, не касаясь руками пола. Игра М/П: «Котик к печке подошел» - Упражнять в ходьбе по кругу, развивать умение действовать в соответствии с текстом</p>	<p>Развитие самостоятельности при прыжках в глубину.</p>	<p>Ходьба с перешагиванием через снежные комочки – развивать равновесие</p>

21	<p>Занятие № 61 (зал) Задачи. Учить подниматься и спускаться по наклонной доске сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках в глубину; в броске мяча через сетку, в беге со сменой направления, ловкости. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «У медведя во бору». Игра М/П: «Маленькие зайки»</p> <p>Занятие № 62 (зал) Задачи. Закреплять умение подниматься и спускаться по наклонной доске сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках в глубину; в броске мяча через сетку, в беге со сменой направления, ловкости. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «У медведя во бору». Игра М/П: «Маленькие зайки»</p> <p>Занятие № 63 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге. Развивать глазомер, умение ориентироваться в пространстве, внимание. П/игра: «Лиса в курятнике», «Воробушки и автомобиль»</p>	<p>П/И: «У медведя во бору» - Упражнять в беге в рассыпную, ловкости. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p> <p>Игра М/П: «Маленькие зайки»- Упражнять в ходьбе по кругу, развивать умение действовать в соответствии с текстом</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе по ограниченной площади опоры</p>	<p>Играем с мамой – «Кенгуру» - Упражнять в прыжках с продвижением.</p>
22	<p>Занятие № 64 (зал) Задачи. Учить метать мешочки на дальность правой и левой рукой. Упражнять в прыжках в глубину, в подлезании под дуги. Развивать внимание, действовать по зрительному сигналу; умение выполнять движения в соответствии с текстом; моторную память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Зайка серый умывается», Игра М/П: «Пузырь»</p> <p>Занятие № 65 (зал) Задачи. Учить метать теннисный мяч на дальность правой и левой рукой. Упражнять в прыжках в глубину, в подлезании под дуги. Развивать внимание, действовать по зрительному сигналу; умение выполнять движения в соответствии с текстом; моторную память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Зайка серый умывается», Игра М/П: «Пузырь»</p> <p>Занятие № 66 (улица)</p>	<p>П/И: «Зайка серый умывается» - упражнять детей выполнять действия в соответствии с текстом стихотворения, прыгать на двух ногах с продвижением вперед, использовать всю площадь зала.,</p> <p>Игра М/П: «Пузырь» - упражнять детей вставать в круг, действовать в соответствии с текстом стихотворения.</p>	<p>Развитие самостоятельности в метании на дальность.</p>	<p>Соревнуемся с папой –«Кто дальше бросит снежок?» упражнять в метании вдаль.</p>

	<p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, бросании и ловле мяча. Развивать глазомер, ловкость.</p> <p>И/упр.: «Принеси флажок», «На праздник», «Брось через веревку» П/игра: «Скворцы»</p>			
23	<p>Занятие № 67 (зал)</p> <p>Задачи: Учить перелезть через бревно. Упражнять в метании на дальность, в сохранении равновесия при подъеме и спуске с наклонной доски. Развивать ловкость, координацию движений, скоростные качества; гибкость; умение действовать в команде; ориентировку в пространстве, внимание, память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Быстро в домик», Игра М/П: «Скажи и покажи»</p> <p>Занятие № 68 (зал)</p> <p>Задачи: Продолжать учить перелезть через бревно. Упражнять в метании на дальность, в сохранении равновесия при подъеме и спуске с наклонной доски. Развивать ловкость, координацию движений, скоростные качества; гибкость; умение действовать в команде; ориентировку в пространстве, внимание, память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Быстро в домик», Игра М/П: «Скажи и покажи»</p> <p>Занятие № 69 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, ходьбе в колонне по одному. Упражнять в прыжках, подлезании. Развивать ловкость, равновесие.</p> <p>И/упр.: «С кочки на кочку», «По коридорчику»</p> <p>П/ игра: «Кошка и мышки»</p>	<p>П/И: «Быстро в домик»-упражнять детей действовать по сигналу педагога, двигаться в рассыпную в разных направлениях, бегать одновременно всей группой, использовать всю площадь зала.</p> <p>Игра М/П: «Скажи и покажи» - развивать умение соотносить движения с текстом.</p>	<p>Развитие самостоятельности в лазании.</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом.</p>
24	<p>Занятие № 70 (зал)</p> <p>Задачи. Учить выполнять прыжок в длину с места. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия; в беге со сменой направления; в ходьбе приставным шагом, в перелезании через бревно. Развивать внимание, умение действовать по сигналу; моторную память, воображение. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Самолеты» Игра М/П: «Чтобы сильным ловки быть»</p> <p>Занятие № 71 (зал)</p> <p>Задачи. Продолжать учить энергично отталкиваться двумя ногами при выполнении прыжка в длину с места. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия; в беге со сменой направления; в ходьбе приставным шагом, в перелезании через бревно. Развивать внимание, умение действовать по сигналу; моторную память, воображение.</p>	<p>П/И: «Самолеты» Развивать ловкость, координацию движений, скоростные качества; умение действовать в команде; ориентировку в пространстве, внимание, память</p> <p>Игра М/П: «Чтобы сильным ловки быть»-</p>	<p>Развитие самостоятельности при прыжках в длину с места</p>	<p>Играем с мамой: «Пройди – не упали» - развивать равновесие</p>

	<p>Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Самолеты» Игра М/П: «Чтобы сильным ловки быть»</p> <p>Занятие № 72 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, ходьбе с перешагиванием. Развивать ловкость, равновесие.</p> <p>И/упр.: Пройди и не сбей», «По трудной дорожке»</p> <p>П/игра «Лохматый пес»</p>	<p>упражнять в ходьбе по кругу, умении выполнять движение по показу, воображение.</p>		
25	<p>Занятие № 73 (зал)</p> <p>Задачи. Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамье, применяя выравнивающие движения. Продолжать учить отталкиваться двумя ногами при прыжках в длину. Упражнять в беге с изменением темпа, лазании через предметы. Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p> <p>П/и: «Перепрыгни через ручеек». Игра М/П: «За весною»</p> <p>Занятие № 74 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать ходьбу по гимнастической скамье, применяя выравнивающие движения. Продолжать учить отталкиваться двумя ногами при прыжках в длину. Упражнять в беге с изменением темпа, лазании через предметы. Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p> <p>П/и: «Перепрыгни через ручеек». Игра М/П: «За весною»</p> <p>Занятие № 75 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, ходьбе в колонне по одному, скатывании мяча. Развивать глазомер, внимание.</p> <p>И/упр.: «Скати с горочки»</p> <p>П / игра: «Лохматый пес», «Поезд»</p>	<p>П/и: «Перепрыгни через ручеек» - Упражнять в прыжках. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу.</p> <p>Игра М/П: «За весною» - Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки.</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе по ограниченной площади опоры</p>	<p>Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением (обращать внимание на толчок двумя ногами)</p>
26	<p>Занятие № 76 (зал)</p> <p>Задачи. Учить метать мяч двумя руками в горизонтальную цель снизу. Закреплять умение делать сильный толчок в прыжках в длину с места и приземление на полусогнутые ноги, умение лазать через бревно. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично; моторную память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Найди платок для мамы» Игра М/П: «Весенние цветочки»</p>	<p>П/И: «П/и: «Найди платок для мамы» - Упражнять в беге в рассыпную, ориентировке в пространстве, в умении соотносить цвета.</p>	<p>Развитие самостоятельности в метании мяча в горизонтальную цель</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом упражнять в ходьбе «змейкой»</p>

	<p>Занятие № 77 (зал) Задачи. Учить метать мяч двумя руками в горизонтальную цель от груди. Закреплять умение делать сильный толчок в прыжках в длину с места и приземление на полусогнутые ноги, умение лазать через бревно. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично; моторную память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Найди платок для мамы» Игра М/П: «Весенние цветочки»</p> <p>Занятие № 78 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, ползании. Развивать ловкость, умение ориентироваться в пространстве. И/упр.: «Принеси флажок», «Проползи через обруч» П/игра: «Такси»</p>	<p>Игра М/П: «Весенние цветочки» - Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p>		
27	<p>Занятие № 79 (зал) Задачи. Учить согласовывать движения руки ног при лазании по наклонной лестнице. Упражнять в метании мяча в горизонтальную цель; в ходьбе по гимнастической скамье, в беге с изменением темпа. Развивать внимание, действовать по сигналу; умение согласовывать слова с действиями; воображение; пластичность и образность движений. П/и: «Матрешки и карусели». Игра М/П: «Найди погремушку»</p> <p>Занятие № 80 (зал) Задачи. Закреплять умение лазать по наклонной лестнице согласовывая движения руки ног. Упражнять в метании мяча в горизонтальную цель; в ходьбе по гимнастической скамье, в беге с изменением темпа. Развивать внимание, действовать по сигналу; умение согласовывать слова с действиями; воображение; пластичность и образность движений. П/и: «Матрешки и карусели» . Игра М/П: «Найди погремушку»</p> <p>Занятие № 81 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках. Развивать равновесие, внимание. И/упр.: «Через ручеек», «С кочки на кочку» П/игра «Из кружка в кружок»</p>	<p>П/и: «Матрешки и карусели» - Упражнять в ходьбе по кругу умение согласовывать слова с действиями; Игра М/П: «Найди погремушку» упражнять в ориентировке в пространстве.</p>	<p>Развитие самостоятельности в лазании по гимнастической лестнице.</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом</p>
28	<p>Занятие № 82 (зал) Задачи. Учить прыжкам в высоту с места. Продолжать согласовывать движения руки ног при лазании по наклонной лестнице. Упражнять в равновесии; в беге враспынную. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку.</p>	<p>«Поймай мяч» - упражнять детей ловить мяч брошенный воспитателем и бросать его обратно.</p>	<p>Развитие самостоятельности при прыжках в высоту</p>	<p>Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением (обращать</p>

	<p>П/и: «Поймай мяч» Игра м/п: «Вейся, венок» Занятие № 83 (зал) Задачи. Учить делать сильный толчок ногами и маховое движение руками при прыжке в высоту с места. Продолжать согласовывать движения руки ног при лазании по наклонной лестнице. Упражнять в равновесии; в беге врассыпную. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку. П/и: «Поймай мяч» Игра м/п: «Вейся, венок» Занятие № 84 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках. Развивать ловкость, внимание. И/ упр.: «Дотронься до мяча», «Поймай комара» П/игра «Зайцы и волк»</p>	<p>Игра м/п: «Вейся, венок» - учить детей водить хоровод; упражнять в беге.</p>		<p>внимание на толчок двумя ногами)</p>
29	<p>Занятие № 85 (зал) Задачи. Учить ходить переступая через палку, веревку, не опуская головы, уверенно. Отрабатывать приземление на носки, сгибая колени в прыжках в высоту с места. Упражнять в метании мяча в цель. Развивать ловкость; умение согласовывать слова с действиями. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; Воспитывать уверенность, смелость. П/и: «День и ночь» Игра М/П: «Ровным кругом» Занятие № 86 (зал) Задачи. Закреплять умение ходить переступая через палку, веревку, не опуская головы, уверенно. Отрабатывать приземление на носки, сгибая колени в прыжках в высоту с места. Упражнять в метании мяча в цель. Развивать ловкость; умение согласовывать слова с действиями. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; Воспитывать уверенность, смелость. П/и: «День и ночь» Игра М/П: «Ровным кругом» Занятие № 87 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках, лазании, метании. Развивать равновесие, глазомер. И/упр.: «Повернись вокруг себя», «Брось через веревку» П/игра: «Наседка и цыплята»</p>	<p>П/и: «День и ночь» - упражнять в ориентировке в пространстве и умении действовать по сигналу. Игра М/П: «Ровным кругом» -упражнять в ходьбе по кругу, умении согласовывать движения с текстом.</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе по ограниченной площади опоры</p>	<p>Соревнуемся с папой - Игровое упражнение «Кто быстрее до...» - упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением</p>
30	<p>Занятие № 88 (зал) Задачи. Учить метать предметы в горизонтальную цель одной рукой. Упражнять в прыжках в высоту с места, в беге на скорость. Закреплять технику прыжка в высоту с места. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p>	<p>П/и: «Цветные автомобили» Игра м/п: «Едет едет паровоз» - Упражнять в беге врассыпную, ходьбе друг за другом</p>	<p>Развитие самостоятельности в метании в цель</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом</p>

	<p>П/И: «Цветные автомобили». Игра М/П: «Едет, едет паровоз»</p> <p>Занятие № 89 (зал)</p> <p>Задачи. Продолжать учить метать предметы в горизонтальную цель одной рукой. Упражнять в прыжках в высоту с места, в беге на скорость. Закреплять технику прыжка в высоту с места. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Цветные автомобили». Игра М/П: «Едет, едет паровоз»</p> <p>Занятие № 90 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках, приседании, бросании мяча. Развивать глазомер, ловкость.</p> <p>И/упр.: «Допрыгни до линии», «Брось дальше»</p> <p>П/игра «Кролики»</p>	<p>Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку.</p>		
31	<p>Занятие №91 (зал)</p> <p>Задачи. Учить согласовывать движение рук и ног при лазании по гимнастической стенке. Учить действовать по сигналу. Упражнять в метании в горизонтальную цель, в ходьбе с перешагиванием через предметы; в ходьбе с изменением темпа. Развивать моторную память, внимание, быструю реакцию.</p> <p>П/И: «Птички в гнездышках» Игра М/П: «Круг - кружок»</p> <p>Занятие № 92 (зал)</p> <p>Задачи. Учить лазанию по гимнастической стенке. Учить действовать по сигналу. Упражнять в метании в горизонтальную цель, в ходьбе с перешагиванием через предметы; в ходьбе с изменением темпа. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Птички в гнездышках» Игра М/П: «Круг - кружок»</p> <p>Занятие № 93 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках. Развивать внимание, ловкость.</p> <p>И/упр: «По трудной дорожке»</p> <p>П/игра: «Догони меня», «Где звенит колокольчик?»</p>	<p>П/И: «Птички в гнездышках» - упражнять в беге, ориентировке в пространстве, умении находить свое место.</p> <p>Игра М/П: «Круг - кружок» - Упражнять в ходьбе по кругу, держась за руки. Развивать ориентировку в пространстве, умение согласовывать движения со словами.</p>	<p>Развитие самостоятельности в лазании</p>	<p>Игровое упражнение «Обезьянки» - упражнять в лазании по «шведской стенке» (на прогулке)</p>
32	<p>Занятие № 94 (зал)</p> <p>Задачи. Учить энергично, отталкиваться при выполнении прыжков через шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе с перешагиванием через палку, веревку; в беге на скорость, в лазании по гимнастической стенке. Развивать умение выполнять движения по сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать смелость.</p> <p>П/И: «Принеси кораблик» Игра М/П: «Море волнуется»</p>	<p>П/И: «Принеси кораблик»</p> <p>Игра М/П: «Море волнуется» - Упражнять в беге до ориентира; Развивать ориентировку в простран-</p>	<p>Развитие самостоятельности при прыжках через предметы</p>	<p>Играем с мамой: «Пройди – не упали» - развивать равновесие</p>

	<p>Занятие № 95 (зал) Задачи. Учить энергично, отталкиваться при выполнении прыжков через предметы (высота 5 см). Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе с перешагиванием через палку, веревку; в беге на скорость, в лазании по гимнастической стенке. Развивать умение выполнять движения по сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать смелость. П/И: «Принеси кораблик» Игра М/П: «Море волнуется»</p> <p>Занятие № 96 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках, лазании. Развивать ловкость, внимание. И/упр.: «Влезь на горочку», «Поймай комара» П/игра «Лягушки»</p>	<p>стве, ловкость, внимание; воображение; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p>		
33	<p>Занятие № 97 (зал) Задачи. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры с заданием. Отрабатывать сильный толчок ногами и маховое движение руками при прыжке в высоту через предметы. Упражнять в метании в цель; в ходьбе «змейкой». Развивать ориентировку в пространстве, внимание; моторную память, воображение. П/И: «Салют». Игра М/П: «По ровненькой дорожке»</p> <p>Занятие № 98 (зал) Задачи. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры с заданием. Отрабатывать сильный толчок ногами и маховое движение руками при прыжке в высоту через предметы. Упражнять в метании в цель; в ходьбе «змейкой». Развивать ориентировку в пространстве, внимание; моторную память, воображение. П/И: «Салют». Игра М/П: «По ровненькой дорожке»</p> <p>Занятие № 99 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге в колонне и в рассыпную, катании мяча. Развивать глазомер, умение ориентироваться в пространстве. И/упр.: «Сбей кеглю» П/игра « Найди свой цвет», «Самолеты»</p>	<p>П/и: «Салют» Упражнять в беге в рассыпную. Развивать умение выполнять движения по сигналу; Игра м/п: «По ровненькой дорожке» - умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе по ограниченной площади опоры.</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физ. упражнениями.</p>
34	<p>Занятие № 100 (зал) Задачи. Учить выполнять бросок в вертикальную цель. Упражнять в прыжках в высоту через предметы, в лазании по гимнастической лестнице. Развивать ловкость, координацию движений, скоростные качества; умение действовать в команде; ориентировку в пространстве, внимание, память. Развивать согласованность движения</p>	<p>П/И: «Жуки» - Развивать ловкость, координацию движений, скоростные качества; умение действовать в</p>	<p>Развитие самостоятельности в метании в вертикальную цель</p>	<p>Поиграем с папой «Кто дальше бросит?»</p>

	<p>рук и ног, равновесие. П/И: «Жуки» Игра М/П: «Узнай кто позвал» Занятие № 101 (зал) Задачи. Продолжать учить выполнять бросок в вертикальную цель сверху правой и левой рукой. Упражнять в прыжках в высоту через предметы, в лазании по гимнастической лестнице. Развивать ловкость, координацию движений, скоростные качества; умение действовать в команде; ориентировку в пространстве, внимание, память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. П/И: «Жуки» Игра М/П: «Узнай кто позвал» НОД № 102 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках, в приседании. Развивать умение согласовывать движения с текстом, ловкость, внимание. И/упр: «Поймай комара», «Мы топаем ногами» П/игра «Зайцы и волк»</p>	<p>команде; ориентировку в пространстве, внимание, память. Игра М/П: «Узнай кто позвал» - Развивать слуховую память.</p>		
35	<p>Занятие № 103 (зал) Задачи. Учить лазанию по гимнастической стенке. Упражнять в метании в цель правой и левой рукой; в сохранении равновесия при ходьбе по наклонной доске; в ходьбе «Змейкой». Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, внимание; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Найди свой цветок» Игра М/П: «Где растет колокольчик?» Занятие № 104 (зал) Задачи. Отрабатывать технику лазания по гимнастической стенке. Упражнять в метании в цель правой и левой рукой; в сохранении равновесия при ходьбе по наклонной доске; в ходьбе «Змейкой». Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, внимание; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Найди свой цветок» Игра М/П: «Где растет колокольчик?» Занятие № 105 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, Прыжках. Развивать ловкость, внимание, ориентацию в пространстве. И/упр.: «Допрыгай до флажка», «Через веревочку» П/игра «Найди свой домик»</p>	<p>П/И: «Найди свой цветок» Игра М/П: «Где растет колокольчик?» - Учить действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве. Упражнять в беге враспынную. Развивать ловкость; умение согласовывать слова с действиями. Воспитывать выдержку.</p>	<p>Развитие самостоятельности в лазании</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>
36	<p>Занятие № 106 (зал) Задачи. Учить технике выполнения прыжков через линии поочередно. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры с заданием, в лазании по лестнице. Развивать умение согласовывать движения со зрительным сигналом, ловкость, быстроту реакции. ориентировку в пространстве, внимание, память, гибкость.</p>	<p>П/И: «Пчелки ласточка» Игра М/П: «Веселые бабочки»- Упражнять в беге с увертыванием, в ходьбе по кругу.</p>	<p>Развитие самостоятельности при подлезании под дугу</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать</p>

<p>П/И: «Пчелки ласточка» Игра М/П: «Веселые бабочки»</p> <p>Занятие № 107 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать технику выполнения прыжков через линии поочередно. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры с заданием, в лазании по лестнице. Развивать умение согласовывать движения со зрительным сигналом, ловкость, быстроту реакции. ориентировку в пространстве, внимание, память, гибкость.</p> <p>П/И: «Пчелки ласточка» Игра М/П: «Веселые бабочки»</p> <p>Занятие № 108 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, прыжках, ориентировке в пространстве. Развивать ловкость, внимание.</p> <p>И/упр.: «Спрыгни в кружок», «По дорожке на одной ножке»</p> <p>П/игра: «Жмурки», «Ударь по мячу»</p>	<p>Развивать умение согласовывать движения со зрительным сигналом, ловкость, быстроту реакции. ориентировку в пространстве, внимание, память.</p>		<p>мотив укрепления здоровья.</p>
---	---	--	-----------------------------------

Перспективный план образовательной деятельности по разделу «Двигательная активность» для детей от 4 до 5 лет
Количество непосредственно образовательной деятельности в год (далее занятия), осуществляемой инструктором по физической культуре – 108

№ не де ли	Образовательная деятельность, осуществляемая в совместной деятельности педагогов и детей		Образова- тельная дея- тельность, осуществляе- мая в само- стоятельной деятельности детей	Образова- тельная дея- тельность, осуществляе- мая во взаи- модействии с семьями вос- питанников
	непосредственно образовательная деятельность	образовательная де- ятельность в режим- ных моментах		
1	<p><u>Занятие № 1 (зал)</u> Задачи: Учить сохранять устойчивое равновесие при перешагивании предметов. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. П/И: «Найди свой цвет» Игра М/П «Хоровод»</p> <p><u>Занятие № 2 (зал)</u> Задачи: Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при перешагивании предметов. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. П/И: «Найди свой цвет» Игра М/П «Хоровод»</p> <p><u>Занятие № 3 (улица)</u> Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге, ориентировке в пространстве, прыжках; умении действовать по сигналу; развивать ловкость, равновесие. И/упр.: «Петушок» П/игра «Птичка и кошка»</p>	<p>П/И: «Найди свой цвет» Игра М/П «Хоровод» - Упражнять в беге в рассыпную. Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать внимание, умение различать цвета, действовать по сигналу; умение согласовывать движения со словами.</p>	<p>Развитие самостоятельности при сохранении равновесия при перешагивании через предметы</p>	<p>Беседы отца и матери - «Зачем нужна утренняя гимнастика?»</p>
2	<p><u>Занятие № 4 (зал)</u> Задачи. Учить детей прокатыванию мяча между предметами.; упражнять энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Найди себе пару» Игра М/П: «Мы с друзьями»</p>	<p>П/И: «Найди себе пару» Игра М/П: «Мы с друзьями» - Упражнять в беге в рассыпную; в различении цветов; в ходьбе по кругу, не держась за</p>	<p>Прокатывание мяча – «Прокати мяч по дорожке и догони» - Развитие самостоятель-</p>	<p>«Папа - тренер» - показать ребенку технику выполнения прыжка вверх (энергичное отталкивание</p>

	<p>Занятие № 5 (зал) Задачи. Учить детей прокатыванию обруча между предметами.; упражнять энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Найди себе пару» Игра М/П: «Мы с друзьями»</p> <p>Занятие № 6 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе парами, в беге с увертыванием; учить метать мяч в обруч; упражнять в прыжках. П/и «Пилоты», «Зайка беленький сидит» И/упр: «Мы гуляем», «Попади в обруч»</p>	<p>руки. Развивать внимание, умение действовать по сигналу; моторную память, воображение.</p>	<p>ности при прокатывании мяча, обруча.</p>	<p>от пола и приземление на полусогнутые ноги)</p>
3	<p>Занятие № 7 (зал) Задачи. Учить ползать между предметами. Закрепить прокатывание мяча в прямом направлении и между предметами. Упражнять в умении сохранять равновесие при перешагивании предметов. Развивать умение выполнять движения по сигналу. П/И: «Собираем урожай». Игра М/П: «Съедобное - несъедобное»</p> <p>Занятие № 8 (зал) Задачи. Учить ползать между предметами прокатывая мяч с поворотом кругом. Закрепить прокатывание мяча в прямом направлении и между предметами. Упражнять в умении сохранять равновесие при перешагивании предметов. Развивать умение выполнять движения по сигналу. П/И: «Собираем урожай». Игра М/П: «Съедобное - несъедобное»</p> <p>Занятие № 9 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе разными способами; в подбрасывании и ловле мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления. П/и «Гуси –лебеди», «Подбрось - поймай» И/упр.: «В лесу», «С кочки на кочку»</p>	<p>П/И: «Собираем урожай» Игра М/П: «Съедобное - несъедобное» - Упражнять в беге в рассыпную; ловле мяча, в распознавании цвета. Развивать внимание, ловкость, быстроту реакции.</p>	<p>Игровое упражнение «Доползи до флажка» - развивать самостоятельность при ползании</p>	<p>«Играем с папой» - игровое упражнение «Проползи до мяча»</p>
4	<p>Занятие № 10 (зал) Задачи. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета. Закрепить умение проползать между предметами. Упражнять в умении сохранять равновесие при перешагивании предметов. П/И: «Сторож и зайцы». Игра М/П: «Круг-кружок»</p>	<p>П/И: «Сторож и зайцы» Игра М/П: «Круг-кружок» - Упражнять в беге в рассыпную по сигналу. Развивать внимание, память;</p>	<p>Развивать самостоятельность при выполнении прыжков на месте, подпрыгивание</p>	<p>«Играем с мамой» - выполнить упражнение «Прокати и не задень» (между предметами, рас-</p>

	<p>Занятие № 11 (зал) Задачи. Учить прыжкам вверх на месте ноги вместе, ноги врозь, одна вперед, другая – назад. Закрепить умение проползать между предметами. Упражнять в умении сохранять равновесие при перешагивании предметов. П/И: «Сторож и зайцы». Игра М/П: «Круг-кружок»</p> <p>Занятие № 12 (улица) Задачи. Упражнять ходьбе с перешагивание через предметы, беге. Развивать ловкость, воображение; упражнять в метании в цель. П/и «Кегли» ИМП «Где мы были мы не скажем, а что делали покажем» И/упр.: «Кто быстрее добежит?»</p>	<p>умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений. Закреплять умение ходить по кругу взявшись за руки.</p>	<p>до предмета</p>	<p>стояние 2 м.)</p>
5	<p>Занятие № 13 (зал) Задачи. Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в умении прокатывать мяч в прямом направлении и между предметами. Развивать глазомер, равновесие, ловкость. П/И: «Огуречик» Игра М/П: «Ходим кругом»</p> <p>Занятие № 12 (зал) Задачи. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в умении прокатывать мяч в прямом направлении и между предметами. Развивать глазомер, равновесие, ловкость. П/И: «Огуречик» Игра М/П: «Ходим кругом»</p> <p>Занятие № 15 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе на носках, обходя предметы; прокатывании мяча двумя руками. Развивать быстроту реакций глазомер; П/и «Дорожки», «Самолеты» И/упр.: «Кати мяч»</p>	<p>П/И: «Огуречик» Игра М/П: «Ходим кругом» - Учить действовать по сигналу, выполнять правила игры. Упражнять в беге врассыпную; в ходьбе по кругу, держась за руки. Развивать моторную память, внимание, быструю реакцию.</p>	<p>Развивать самостоятельность при выполнении упражнений на ограниченной площади опоры</p>	<p>«Соревнуемся с папой» - игровое упражнение «Кто быстрее доберется до мишки» (прыжки на двух ногах с продвижением вперед).</p>
6	<p>Занятие № 16 (зал) Задачи. Учить детей прокатывать мяч из разных исходных позиций одной и двумя руками, развивая точность направления движения из разных исходных позиций. Упражнять в умении находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение ползать между предметами. Развивать глазомер, ловкость. П/И: «Соберитесь у мячей» Игра М/П: «Хочешь с нами поиграть»</p> <p>Занятие № 17 (зал)</p>	<p>П/И: «Соберитесь у мячей» - упражнять в ориентировке в пространстве, умении действовать по сигналу. Игра М/П: «Хочешь с нами поиграть» -</p>	<p>Развивать самостоятельность при прокатывании мяча в парах с разных исходных позиций</p>	<p>«Играем с папой» - игровое упражнение «Прокатывание мяча друг другу»</p>

	<p>Задачи. Продолжать учить детей прокатывать мяч из разных исходных позиций одной и двумя руками, развивая точность направления движения из разных исходных позиций. Упражнять в умении находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение ползать между предметами. Развивать глазомер, ловкость.</p> <p>П/И: «Соберитесь у мячей» Игра М/П: «Хочешь с нами поиграть»</p> <p>Занятие № 18 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в беге змейкой, в ходьбе парами, в ползании. Развивать чувство равновесия и ритма.</p> <p>П/и «Змейка», «Трамвай»</p> <p>И/упр.: «Ходьба на четвереньках»</p>	упражнять в ходьбе по кругу.		
7	<p>Занятие № 19 (зал)</p> <p>Задачи. Учить группироваться при подлезании под шнур поднятый на 60 см. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении одной рукой, ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в ходьбе в колонне по одному, развивать глазомер ловкость, равновесие. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/И: «У медведя во бору» Игра М/П: «К кому пойдешь?»</p> <p>Занятие № 20 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать умение подлезать под шнур поднятый на 60 см не касаясь руками пола. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении одной рукой, ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в ходьбе в колонне по одному, развивать глазомер ловкость, равновесие. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/И: «У медведя во бору» Игра М/П: «К кому пойдешь?»</p> <p>Занятие № 21 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге друг за другом с сохранением дистанции; умении действовать по сигналу. Развивать двигательную активность выносливость.</p> <p>П/и «Ловишка в кругу», «Перелет птиц»</p> <p>И/упр.: «Покачай туловище»</p>	<p>П/И: «У медведя во бору»</p> <p>- Упражнять в беге враспынную. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. Воспитывать выдержку.</p> <p>Игра М/П: «К кому пойдешь?»</p>	Развивать самостоятельность при подлезании под шнур.	Играем с мамой на улице – подлезании под дугу
8	<p>Занятие № 22 (зал)</p> <p>Задачи. Учить прыжкам через лежащую веревку боком с продвижением вперед. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; закрепить подлезание под шнур, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по наклонной плоскости. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p> <p>П/И: «Цветные автомобили» Игра М/П: «Светофор»</p> <p>Занятие № 23 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать прыжки через лежащую веревку боком с продвижением впе-</p>	<p>П/И: «Цветные автомобили» - Развивать у детей внимание, умение различать цвета и действовать по зрительному сигналу.</p> <p>Упражнять детей в беге, ходьбе.</p> <p>Игра М/П: «Свето-</p>	Развивать самостоятельность при выполнении прыжков через черту, веревку боком.	«Мама – тренер» показ выполнения упражнения – ходьба на уменьшенной площади опоры (спина прямая, руки в сторо-

	<p>ред. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; закрепить подлезание под шнур, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по наклонной плоскости. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p> <p>П/И: «Цветные автомобили» Игра М/П: «Светофор»</p> <p>Занятие № 24 (улица)</p> <p>Задачи: Упражнять в прыжках на месте и с продвижением вперед. Развивать чувство равновесия, внимание, ловкость.</p> <p>П/и «У медведя во бору», «Поймай комара»</p> <p>И/упр: «Скачи, как зайчик»</p>	фор»- закреплять правила дорожного движения.		ны, голова прямо)
9	<p>Занятие № 25 (зал)</p> <p>Задачи. Учить сохранять равновесие при ходьбе по наклонной плоскости с предметами в руках. Упражнять детей в прыжках через веревку боком; в прокатывании мяча одной и двумя руками. Развивать ловкость, глазомер, равновесие. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/И: «Лохматый пес» Игра М/П: «Котенок-шалун»</p> <p>Занятие № 26 (зал)</p> <p>Задачи. Учить сохранять равновесие при ходьбе по наклонной плоскости с мешочком на голове. Упражнять детей в прыжках через веревку боком; в прокатывании мяча одной и двумя руками. Развивать ловкость, глазомер, равновесие. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/И: «Лохматый пес» Игра М/П: «Котенок-шалун»</p> <p>Занятие № 27 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе со сменой движений рук, беге с изменением направления движения; лазании с сохранением равновесия; прыжках с поворотами. Развивать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>П/и: «Цветные автомобили»</p> <p>И/ упр.: «Ползание по бревну», «Пружки на двух ногах»</p>	<p>П/И: «Лохматый пес» Игра М/П: «Котенок-шалун» - Учить действовать по сигналу. Упражнять в беге враспынную. Развивать ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение. Воспитывать выдержку.</p>	Развивать самостоятельность при ходьбе по наклонной доске с предметами в руках	«Мама – тренер» показ выполнения упражнения – ходьба на уменьшенной площади опоры (спина прямая, руки в стороны, голова прямо)
10	<p>Занятие № 28 (зал)</p> <p>Задачи. Учить бросать мяч вверх и ловить. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках, упражнять в подлезании под шнур, не касаясь руками пола, в прыжках через черту боком с продвижением вперед. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p> <p>П/И: «Найди себе пару» Игра М/П: «Узнай кто позвал?»</p> <p>Занятие № 29 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать бросок и ловлю мяча вверх. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках, упражнять в подлезании под шнур, не касаясь ру-</p>	<p>П/И: «Найди себе пару» -Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу, по слову, быстро строится в пары. Упражнять в беге, распознавании цветов. Развивать инициати-</p>	Упражнение с мячом «Подброшу и поймаю»- Развивать самостоятельность при броске мяча вверх и ловле.	Играем с мамой «Лягушки» - упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением

	<p>ками пола, в прыжках через черту боком с продвижением вперед. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Найди себе пару» Игра М/П: «Узнай кто позвал?» Занятие № 30 (улица) Задачи. Закрепить ходьбу и бег между предметами; Упражнять в лазании по гимнастической стенке; в прыжках на одной ноге. Развивать равновесие, ловкость. П/и «Птичка и кошка» И/упр.: «На одной ножке по дорожке», «Лазание по гимнастической стенке»</p>	<p>ву, сообразительность. Игра М/П: «Узнай кто позвал?» - Развивать слуховую память.</p>		
11	<p>Занятие № 31 (зал) Задачи. Учить ползать по гимнастической скамейке на четвереньках. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча вверх и ловле его двумя руками; закрепить ходьбу по наклонной плоскости с предметами в руках. Развивать ловкость, равновесие, глазомер. П/И: «Дружба» Игра М/П: «Холодно - жарко» Занятие № 32 (зал) Задачи. Закреплять умение ползать по гимнастической скамейке на четвереньках. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча вверх и ловле его двумя руками; закрепить ходьбу по наклонной плоскости с предметами в руках. Развивать ловкость, равновесие, глазомер. П/И: «Дружба» Игра М/П: «Холодно - жарко» Занятие № 33 (улица) Задачи. Упражнять детей в прыжках, прокатывании мяча. Развивать внимание и умение ориентироваться в пространстве. П/и «Найди себе пару» И/упр.: «Перепрыгни через ручеек», «Катание мяча»</p>	<p>П/И: «Дружба» учить ходить по кругу, строится парами., действовать по сигналу. Игра М/П: «Холодно - жарко» - для напряжения и расслабления мышц.</p>	<p>Упражнение «Проползи по мостику» - развивать самостоятельность при ползании по скамье.</p>	<p>«Папа – тренер» показ выполнения упражнения – бросок мяча вверх и ловля его двумя руками.</p>
12	<p>Занятие № 34 (зал) Задачи. Учить энергично отталкиваться от пола и мягко приземляться на полусогнутые ноги в прыжках в длину с места. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании на коленях по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; в равновесии – ходьбе по наклонной доске с предметами в руках. П/И: «Бегите к флажку» Игра М/П: «Пингвины на льдинах» Занятие № 35 (зал) Задачи. Продолжать учить энергично отталкиваться от пола двумя ногами при прыжках в длину с места. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании на коленях по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; в равновесии – ходьбе по наклонной доске с предметами в руках. П/И: «Бегите к флажку» Игра М/П: «Пингвины на льдинах»</p>	<p>П/И: «Бегите к флажку» Игра М/П: «Пингвины на льдинах» - Упражнять в беге враспынную. Развивать внимание, умение различать цвета; действовать по зрительному сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться</p>	<p>Игровое упражнение «Перепрыгни через ручеек» развивать самостоятельность при прыжках в длину с места</p>	<p>«С мамой на прогулке» игровое упражнение «Пройди по мостику» - ходьба по ограниченной плоскости опоры.</p>

	<p>Занятие № 36 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге змейкой с чередование темпа движения; развивать глазомер при катании мяча между предметами, равновесие, ориентировку в пространстве. П/и: «Не задень» И/у «Катание мяча», «Ходьба по бревну»</p>	ритмично.		
13	<p>Занятие № 37 (зал) Задачи. Учить сохранять устойчивое равновесия при ходьбе спиной вперед; развивать ловкость и координацию движений в прыжках в длину с места; упражнять в ловле и броске мяча вверх. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; развивать равновесие, ловкость. П/И: «Букет для мамы» Игра М/П: «Каравай»</p> <p>Занятие № 38 (зал) Задачи. Учить сохранять устойчивое равновесия при ходьбе «змейкой» со сменой темпа; развивать ловкость и координацию движений в прыжках в длину с места; упражнять в ловле и броске мяча вверх. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; развивать равновесие, ловкость. П/И: «Букет для мамы» Игра М/П: «Каравай»</p> <p>Занятие № 39 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с высоким подниманием колена с перешагиванием через предметы; в метении в вертикальную цель; Развивать равновесие, глазомер. П/и «У медведя во бору» И/у: «Ходьба по снежному валу», «Метание снежков»</p>	<p>П/И: «Букет для мамы» - Упражнять в беге в рассыпную, умении найти себе место, действовать по сигналу. Игра М/П: «Сегодня маме помогаем» - упражнять в умении ловить и бросать мяч.</p>	Развивать самостоятельность при ходьбе спиной вперед.	«Мама – тренер» показ выполнения упражнения – ходьба приставным шагом (спина прямая, руки на поясе, голова прямо)
14	<p>Занятие № 40 (зал) Задачи. Учить метать предметы на дальность. Упражнять детей в перестроении в шеренгу, повороты направо налево; Упражнять в ползании на коленях по гимнастической скамейке, ходьбе «змейкой», спиной вперед. Развивать равновесие, глазомер, формировать правильную осанку. П/И: «Не попадись», Игра М/П: «Пузырь»</p> <p>Занятие № 41 (зал) Задачи. Закреплять умение метать предметы на дальность правой и левой рукой. Упражнять детей в перестроении в шеренгу, повороты направо налево; Упражнять в ползании на коленях по гимнастической скамейке, ходьбе «змейкой», спиной вперед. Развивать равновесие, глазомер, формировать правильную осанку.</p>	<p>П/И: «Не попадись» (с Мойдодыром) - упражнять в беге с увертыванием, развивать ловкость. Игра М/П: «Пузырь» - упражнять детей вставать в круг, действовать в соответствии с текстом стихотворения.</p>	Игровое упражнение «Кто дальше бросит?» - развивать самостоятельность при метании на дальность	Беседа «Правила поведения при катании на лыжах»

	<p>П/И: «Не попадись» , Игра М/П: «Пузырь»</p> <p>Занятие № 42 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления. Упражнять в прыжках. Развивать чувство равновесие при скольжении по ледяной дорожке. П/и «Лиса в курятнике», И/у: «Прыжки со снежного вала», «Скольжение по ледяной дорожке»</p>			
15	<p>Занятие № 43 (зал) Задачи. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; ходьбе спиной вперед. Развивать ловкость и глазомер при метании на дальность; упражнять в ходьбе высоко поднимая колени. П/И: «Берегись - заморожу». Игра М/П: «Веселые снежинки»</p> <p>Занятие № 44 (зал) Задачи. Продолжать учить ползать на животе по скамье, подтягиваясь на руках. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; ходьбе спиной вперед. Развивать ловкость и глазомер при метании на дальность; упражнять в ходьбе высоко поднимая колени. П/И: «Берегись - заморожу». Игра М/П: «Веселые снежинки»</p> <p>Занятие № 45 (улица) Задачи. Упражнять в метании снежков, развивая силу броска. Развивать равновесие, ориентировку в пространстве. П/и «Снежиночки - пушиночки» И/у «Кто дальше проскользит?», «Метание снежков»</p>	<p>П/И: «Берегись - заморожу» Игра М/П: «Веселые снежинки» - Упражнять в беге врассыпную. Развивать ловкость; внимание, быстроту реакции, умение согласовывать движения со словами, Воспитывать выдержку.</p>	<p>Игровое упражнение «Медвежата» - ползание в прямом направлении с опорой на ладони и ступни. Развивать самостоятельность при ползании</p>	<p>Просмотр спортивных телепередач по лыжным гонкам – прививать интерес к зимним видам спорта.</p>
16	<p>Занятие № 46 (зал) Задачи. Учить совершать последовательные прыжки через скакалки на расстоянии 25-30 см. (4-6) Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; закреплять ходьбу «змейкой» и спиной вперед, ползание по скамейке на животе. Развивать ловкость, равновесие, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Горелки» , ИМП: «Колечко»</p> <p>Занятие № 47 (зал) Задачи. Продолжать учить выполнять последовательные прыжки. Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; закреплять ходьбу «змейкой» и спиной вперед, ползание по скамейке на животе. Развивать ловкость, равновесие, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Горелки» , ИМП: «Колечко»</p>	<p>П/и: «Горелки» - упражнять в беге, реагировать на сигнал, соблюдать правила игры. , ИМП: «Колечко» - упражнять в ходьбе по кругу, действовать по сигналу. Развивать смекалку.</p>	<p>Учить самостоятельности при выполнении последовательных прыжков</p>	<p>Беседа «Правила поведения при катании на лыжах»</p>

	<p>Занятие № 48 (улица) Задачи. Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом. Упражнять в прыжках, в метании в цель. П/и «Пингвины», «Пастух и стадо», И/у «Снеговик»</p>			
17	<p>Занятие № 49 (зал) Задачи. Учить ходьбе приставным шагом по шнуру с мешочком на голове. Упражнять в последовательный прыжках, метании на дальность. Развивать ловкость, равновесие глазомер. Укреплять свод стопы. П/и: «Волшебная снежинка» ИМП: «Хоровод вокруг снежной бабы»</p> <p>Занятие № 50 (зал) Задачи. Учить ходьбе приставным шагом по бревну. Упражнять в последовательный прыжках, метании на дальность. Развивать ловкость, равновесие глазомер. Укреплять свод стопы. П/и: «Волшебная снежинка» ИМП: «Хоровод вокруг снежной бабы»</p> <p>Занятие № 51 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с движением рук; в прыжках. Развивать силу, ловкость, внимание. П/и «Зайка беленький сидит» И/у: «Снежная баба», «Веселые снежинки»</p>	<p>П/И: «Волшебная снежинка» Игра М/П: «Хоровод вокруг снежной бабы» - Упражнять детей в беге с увертыванием, ходьбе по кругу, умения действовать по сигналу. Развивать внимание, ловкость; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p>	<p>Развивать самостоятельность при ходьбе приставным шагом по шнуру с мешочком на голове</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Зимние виды спорта»</p>
18	<p>Занятие № 52 (зал) Задачи. Учить бросать мяч друг другу двумя руками снизу. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; упражнять в ползании на животе подтягиваясь на руках; в последовательных прыжках, в ходьбе высоко поднимая колени. Развивать ловкость и глазомер, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Найди свой цвет» Игра М/П: «Гимнастика»</p> <p>Занятие № 53 (зал) Задачи. Учить бросать мяч друг другу двумя руками из-за головы. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; упражнять в ползании на животе подтягиваясь на руках; в последовательных прыжках, в ходьбе высоко поднимая колени. Развивать ловкость и глазомер, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Найди свой цвет» Игра М/П: «Гимнастика»</p> <p>Занятие № 54 (улица) Задачи. Упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска. Разви-</p>	<p>П/И: «Найди свой цвет» Игра М/П: «Гимнастика» - Упражнять в беге враспынную. Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать внимание, умение различать цвета, действовать по сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p>	<p>Развивать самостоятельность при броске и ловле мяча в парах</p>	<p>Просмотр спортивных телепередач по лыжным гонкам – прививать интерес к зимним видам спорта.</p>

	<p>вать глазомер, быстроту реакций. П/и «Снежки» И/у: «Кто дальше бросит», «Кто быстрее до снеговика»</p>			
19	<p>Занятие № 55 (зал) Задачи. Учить группироваться при пролезании между рейками лестницы поставленной боком,. Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; ходьбе приставным шагом по шнуру с мешочком на голове, броске и ловле мяча в парах. Развивать ловкость, равновесие. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Веселые матрешки» Игра М/П: «Петрушка» Занятие № 56 (зал) Задачи. Продолжать учить пролезать между рейками лестницы поставленной боком, группироваться. Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; ходьбе приставным шагом по шнуру с мешочком на голове, броске и ловле мяча в парах. Развивать ловкость, равновесие. Развивать у детей умение двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Веселые матрешки» Игра М/П: «Петрушка» Занятие № 57 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге змейкой. Упражнять в прыжках на двух ногах, в метании на дальность. Развивать ловкость, умение действовать по сигналу. П/и «Зайцы и волк» И/у: «Кто дальше?», «Перепрыгни, не задень»</p>	<p>П/И: «Веселые матрешки» - Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в умении действовать по сигнал. Игра М/П: «Петрушка» - упражнять в умении точно повторять движение за ведущим.</p>	<p>Игровое упражнение «Проползи по коридорчику» - развивать самостоятельность при пролезании между рейками лестнице.</p>	<p>Соревнуемся с папой –«Кто дальше бросит снежок?» - упражнять в метании на дальность.</p>
20	<p>Занятие № 58 (зал) Задачи. Учить совершать прыжки на двух ногах с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами. Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; закреплять упражнение в ходьбе приставным шагом, пролезании между рейками лестницы. Развивать ловкость, равновесие. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Ловишки с ленточкой» Игра М/П: «Кто живет у нас в квартире» Занятие № 59 (зал) Задачи. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами. Упражнять в действиях по заданию в ходьбе и беге; закреплять упражнение в ходьбе приставным шагом, пролезании между рейками лестницы. Развивать ловкость, равновесие. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Ловишки с ленточкой» Игра М/П: «Кто живет у нас в квартире» Занятие № 60 (улица)</p>	<p>П/И: «Ловишки с ленточкой» Игра М/П: «Кто живет у нас в квартире» - Упражнять в беге враспынную, ловкости. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение</p>	<p>Игровое упражнение «Перепрыгни ручеек» - развивать самостоятельность при выполнении прыжков</p>	<p>Беседа «Правила поведения при катании на лыжах»</p>

	<p>Задачи. Упражнять в ходьбе с перестроением в пары и обратно; в прыжках на одной и двух ногах; в метании. Развивать силу, ловкость.</p> <p>П/и «Гонки снежных комов»</p> <p>И/у: «Прыжки до дерева», «Снайперы»</p>			
21	<p>Занятие № 61 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ходьбе по шнуру положенному прямо и по кругу; в челночном беге. Упражнять в ходьбе на наружных сторонах стопы, в полуприседе; в перебрасывании мячей друг другу (расстояние 2 м) в прыжках с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком. Развивать равновесие, ловкость, глазомер.</p> <p>П/И: «Зайцы и волк» Игра М/П: «Ты медведя не буди»</p> <p>Занятие № 62 (зал)</p> <p>Задачи. Закреплять ходьбу по шнуру положенному прямо и по кругу; в челночном беге. Упражнять в ходьбе на наружных сторонах стопы, в полуприседе; в перебрасывании мячей друг другу (расстояние 2 м) в прыжках с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком. Развивать равновесие, ловкость, глазомер.</p> <p>П/И: «Зайцы и волк» Игра М/П: «Ты медведя не буди»</p> <p>Занятие № 63 (улица)</p> <p>Задачи. Закрепить метание снежков в цель; упражнять в ходьбе «змейкой»</p> <p>П/и: «Утятя»</p> <p>Игровое упражнение «Добрось до кегли», «Прыжки до елочки», «Метелица»</p>	<p>П/И: «Зайцы и волк»</p> <p>Игра М/П: «Ты медведя не буди» -</p> <p>Упражнять в беге врассыпную с увертыванием. Закреплять умение двигаться по кругу, держась за руки. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p> <p>Воспитывать выдержку.</p>	<p>Игры в парах – перебрасывание мяча друг другу. – развивать самостоятельность в играх с мячом</p>	<p>«Мама – тренер» показ техники выполнения скользящего шага при ходьбе на лыжах.</p>
22	<p>Занятие № 64 (зал)</p> <p>Задачи. Учить отбивать мяча о землю двумя руками, стоя на месте. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами; в пролезание между реек лестницы. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде, повороты налево, направо, кругом. Развивать ловкость, глазомер, выносливость.</p> <p>П/И: «Догони мяч». Игра М/П: «Хочешь с нами поиграть»</p> <p>Занятие № 65 (зал)</p> <p>Задачи. Закреплять умение отбивать мяча о землю двумя руками, стоя на месте. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами; в пролезание между реек лестницы. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде, повороты налево, направо, кругом. Развивать ловкость, глазомер, выносливость.</p> <p>П/И: «Догони мяч». Игра М/П: «Хочешь с нами поиграть»</p> <p>Задача № 66 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, метании в цель. Развивать равновесие, глазомер, ловкость.</p>	<p>П/И: «Догони мяч»</p> <p>Игра М/П: «Хочешь с нами поиграть» -</p> <p>Упражнять в беге врассыпную. ориентировке в пространстве.</p> <p>Развивать внимание, память; умение выполнять движения в соответствии с текстом; пластичность, образность движений; воображение.</p>	<p>Игры в парах – отбивание мяча друг другу.</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом.</p>

	<p>П/и: «Гонки снежных комов» И/у: «Точно в цель», «Покружись»</p>			
23	<p>Занятие № 67 (зал) Задачи. Учить лазать по наклонной доске с опорой на ладони и стопы. Упражнять в умении отбивать мяч о землю двумя руками, стоя на месте; в ходьбе по шнуру прямо и по кругу. Развивать равновесие, ловкость. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Хейро» (хантыйская нар. игра) Игра М/П: «Береги свой снежок»</p> <p>Занятие № 68 (зал) Задачи. Отрабатывать умение лазать по наклонной доске с опорой на ладони и стопы. Упражнять в умении отбивать мяч о землю двумя руками, стоя на месте; в ходьбе по шнуру прямо и по кругу. Развивать равновесие, ловкость. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Хейро» (хантыйская нар. игра) Игра М/П: «Береги свой снежок»</p> <p>Занятие № 69 (улица) Задачи. Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом. И/упр: «Пружинка», «Разгладим снег» Игра: «Веселые снежинки»</p>	<p>П/И: «Хейро» (хантыйская нар. игра) Игра М/П: «Береги свой снежок» - Упражнять в ходьбе по кругу в беге с увертыванием. Развивать внимание, ориентировку в пространстве; умение действовать в соответствии с текстом.</p>	<p>Игровое упражнение «Медвежата» - ползание в прямом направлении с опорой на ладони и ступни.</p>	<p>«С мамой на прогулке» - игровое упражнение «Кто дальше бросит» - метание снежков вдаль (в цель).</p>
24	<p>Занятие № 70 (зал) Задачи. Учить прыжкам в глубину. Упражнять в умении лазать по наклонной доске с опорой на ладони и стопы; в ходьбе по шнуру прямо и по кругу. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; челночном беге. Развивать ловкость, координацию движений, равновесие. П/И: «Полоса препятствий» ИМП: «Чтобы сильным ловки быть»</p> <p>Занятие № 71 (зал) Задачи. Отрабатывать умение отталкиваться при прыжках в глубину. Упражнять в умении лазать по наклонной доске с опорой на ладони и стопы; в ходьбе по шнуру прямо и по кругу. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; челночном беге. Развивать ловкость, координацию движений, равновесие. П/И: «Полоса препятствий» ИМП: «Чтобы сильным ловки быть»</p> <p>Занятие № 72 (улица) Задачи. Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в мета-</p>	<p>П/И: «Полоса препятствий» Развивать ловкость, координацию движений, скоростные качества; умение действовать в команде; ориентировку в пространстве, внимание, память Игра М/П: «Чтобы сильным ловки быть»- упражнять в ходьбе по кругу, умении выполнять движение по по-</p>	<p>Игровое упражнение «Медвежата» - ползание с опорой на ладони и ступни.</p>	<p>Беседа «Повторим правила безопасности при игре в снежки»</p>

	нии на дальность снежков, развивая силу броска. И/упр: «Кто дальше?», «Снежная карусель»	казу, воображение.		
25	<p>Занятие № 73 (зал) Задачи. Учить ходьбе через палку или веревку, поднятую от пола. Упражнять в прыжках в глубину; в умении отбивать мяч о землю двумя руками, стоя на месте. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Лиса в курятнике» Игра М/П: «Ходим кругом»</p> <p>Занятие № 74 (зал) Задачи. Закреплять в ходьбе через палку или веревку, поднятую от пола. Упражнять в прыжках в глубину; в умении отбивать мяч о землю двумя руками, стоя на месте. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Лиса в курятнике» Игра М/П: «Ходим кругом»</p> <p>Занятие № 75 (улица) Задачи. Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом. И/упр.: «Петушки ходят», «По снежному валу», «Снайперы»</p>	<p>П/И: «Лиса в курятнике» - упражнять в беге с увертыванием, умении действовать по сигналу. Игра М/П: «Ходим кругом» -упражнять в ходьбе по кругу, держась за руки.</p>	<p>Развивать самостоятельность при ходьбе через предметы поднятые от пола на 15-20 см.</p>	<p>Упражнения с мячом – перебрасывание мяча друг другу, отбивание мяча о пол</p>
26	<p>Занятие № 76 (зал) Задачи. Учить бросать мяч двумя руками через сетку. Упражнять в прыжках в глубину; в умении лазать по наклонной доске с опорой на ладони и стопы. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Найди платок для мамы» Игра М/П: «Каравай для мамы»</p> <p>Занятие № 77 (зал) Задачи. Отрабатывать умение бросать мяч двумя руками через сетку. Упражнять в прыжках в глубину; в умении лазать по наклонной доске с опорой на ладони и стопы. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Найди платок для мамы» Игра М/П: «Каравай для мамы»</p> <p>Занятие № 78 (улица) Задачи. Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; по-</p>	<p>П/И: «Найди платок для мамы» - Упражнять в беге в рассыпную, ориентировке в пространстве, в умении соотносить цвета. Игра М/П: «Каравай для мамы» - Развивать внимание, память; умение ходить по кругу; пластичность, разнообразность движений; воображение.</p>	<p>Игры в парах – «поймай мяч» Игровое упражнение «ловкие ребята» упражнение с мячом</p>	<p>Беседа «Правила безопасного бега»</p>

	вторить игровые упражнения. И/упр: «Снежинки - пушинки», «Кто дальше?»			
27	<p>Занятие № 79 (зал) Задачи. Учить лазать по наклонной лестнице. Упражнять в броске мяча через сетку; в ходьбе через палку или веревку, поднятую от пола. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания. Развивать ловкость, глазомер, быстроту. П/И: «Ловишка» Игра М/П: «Жмурки с колокольчиком»</p> <p>Занятие № 80 (зал) Задачи. Закреплять умение лазать по наклонной лестнице. Упражнять в броске мяча через сетку; в ходьбе через палку или веревку, поднятую от пола. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания. Развивать ловкость, глазомер, быстроту. П/И: «Ловишка» Игра М/П: «Жмурки с колокольчиком»</p> <p>Занятие № 81 (улица) Задачи. Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы. И/ упр: «Снежная карусель», «Прыжки к елке».</p>	<p>П/И: «Ловишка» - упражнять в беге с увертыванием, умения действовать по сигналу. Игра М/П: «Жмурки с колокольчиком» - развивать слуховое внимание.</p>	<p>Развивать самостоятельность при лазании по лестнице</p>	<p>Играем с мамой – играем в мяч - развивать умение владения мячом</p>
28	<p>Занятие № 82 (зал) Задачи. Учить прыгать через предметы высотой 5-10см. Упражнять в лазании по наклонной лестнице; в ходьбе через палку или веревку, поднятую от пола. Упражнять детей в беге со старта из разных исходных позиций. Развивать быстроту, равновесие, ловкость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Солнышко и дождик». Игра м/п: «Едет едет паровоз»</p> <p>Занятие № 83 (зал) Задачи. Закреплять умение прыгать через предметы высотой 5-10см. Упражнять в лазании по наклонной лестнице; в ходьбе через палку или веревку, поднятую от пола. Упражнять детей в беге со старта из разных исходных позиций. Развивать быстроту, равновесие, ловкость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Солнышко и дождик». Игра м/п: «Едет едет паровоз»</p> <p>Занятие № 84 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге мелким и широким шагом, в отбивании мяча. Развивать равновесие, внимание. Ловкость. П/и: «Самолеты» И/у: «Ходьба по бревну», «Отбивание мяча»</p>	<p>П/И: «Солнышко и дождик» Игра м/п: «Едет едет паровоз» - Упражнять в беге враспынную, ходьбе друг за другом Развивать у детей умение действовать по сигналу. Воспитывать выдержку.</p>	<p>Развивать самостоятельность при выполнении прыжков через предметы</p>	<p>«С мамой на прогулке» игровое упражнение «Через кочки» - прыжки через предметы</p>

29	<p>Занятие № 85 (зал)Задачи. Учить ходьбе по скамейке, преступая через кубики. Упражнять в прыжках через предметы высотой 5-10см. Упражнять в броске мяча через сетку. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную.</p> <p>П/и: «Самолеты» Игра М/П: «Мы топаем ногами»</p> <p>Занятие № 86 (зал)Задачи. Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по скамейке, преступая через кубики. Упражнять в прыжках через предметы высотой 5-10см. Упражнять в броске мяча через сетку. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную.</p> <p>П/и: «Самолеты» Игра М/П: «Мы топаем ногами»</p> <p>Занятие № 87 (улица)Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, катании мяча и обруча. Развивать глазомер, ловкость, внимание.</p> <p>П/и: «У медведя во бору»</p> <p>И/у: «Прокати и поймай», «Сбей кеглю»</p>	<p>П/и: «Самолеты» Упражнять в беге с увертыванием, не наталкиваясь друг на друга Игра М/П: «Мы топаем ногами» - упражнять в ходьбе по кругу, в умении согласовывать движения с текстом.</p>	<p>Развивать самостоятельность при ходьбе с переступанием через предметы.</p>	<p>Упражнение на равновесие и осанку – ходьба с книгой на голове.</p>
30	<p>Занятие № 88 (зал)Задачи. Учить метанию предмета в горизонтальную цель (расстояние 2 – 2,5 м) правой и левой рукой. Упражнять в прыжках через предметы высотой 5-10см: в лазании по наклонной лестнице, в ходьбе с заданием для рук. Развивать глазомер, ловкость, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Птички и кошка». Игра М/П: «Весёлый воробей»</p> <p>Занятие № 89 (зал)Задачи. Продолжать учить метанию предмета в горизонтальную цель (расстояние 2 – 2,5 м) правой и левой рукой. Упражнять в прыжках через предметы высотой 5-10см: в лазании по наклонной лестнице, в ходьбе с заданием для рук. Развивать глазомер, ловкость, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Птички и кошка». Игра М/П: «Весёлый воробей»</p> <p>Занятие № 90 (улица)Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, подлезании, прыжках на двух ногах. Развивать ловкость, внимание.</p> <p>П/и: «Лиса в курятнике»</p> <p>И/у: «Перепрыгни, не задень», «Подлезь под веревочку»</p>	<p>П/И: «Птички и кошка» Игра М/П: «Весёлый воробей» - Учить действовать по сигналу, упражнять в беге враспынную. Развивать ориентировку в пространстве; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p>	<p>Развивать самостоятельность при метании в горизонтальную цель</p>	<p>Упражнение на метание «Кто забросит мячик в цель?»</p>
31	<p>Занятие № 91 (зал)Задачи. Учить лазать по гимнастической стенке. Упражнять в ходьбе по скамейке, преступая через кубики, в метании в горизонтальную цель. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу. Развивать ловкость, глазомер, равновесие. Развивать</p>	<p>П/И: «Жуки» Игра М/П: «Тишина у пруда» - Развивать ловкость, координа-</p>	<p>Развивать самостоятельность в лазании по гимна-</p>	<p>Игровое упражнение «Обезьянки» - упражнять в</p>

	<p>вать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Жуки» Игра М/П: «Тишина у пруда» Занятие № 92 (зал) Задачи. Отрабатывать умение лазать по гимнастической стенке. Упражнять в ходьбе по скамейке, преступая через кубики, в метании в горизонтальную цель. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу. Развивать ловкость, глазомер, равновесие. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Жуки» Игра М/П: «Тишина у пруда» Занятие № 93 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, метании в цель, прыжках. Развивать ловкость, глазомер, равновесие. П/и: « Догони свою пару» И/у: «Подбрасывание и ловля мяча», «Точно в цель»</p>	<p>цию движений, скоростные качества; умение действовать в команде; ориентировку в пространстве, внимание, память.</p>	<p>стической стенке</p>	<p>лазании по «шведской стенке» (на прогулке)</p>
32	<p>Занятие № 94 (зал) Задачи. Учить прыгать в длину с места (50-70 см). Упражнять в лазании по гимнастической стенке; ходьбе по скамейке, преступая через кубики. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную. Развивать ловкость, равновесие. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Перебрось мяч» Игра М/П: «Узнай, кто позвал?» Занятие № 95 (зал) Задачи. Отрабатывать прыжки в длину с места (50-70 см). Упражнять в лазании по гимнастической стенке; ходьбе по скамейке, преступая через кубики. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную. Развивать ловкость, равновесие. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Перебрось мяч» Игра М/П: «Узнай, кто позвал?» Занятие № 96 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с высоким подниманием колен, метании, владении мячом. Развивать глазомер, внимание. П/и: «Совушка» И/у: «Накинь кольцо», «Мяч через веревку»</p>	<p>П/И: «Перебрось мяч» - упражнять в ловле и броске мяча. Игра М/П: «Узнай, кто позвал?» - развивать слуховую память.</p>	<p>Прыжки на двух ногах до ориентира развивать самостоятельность при выполнении прыжков</p>	<p>Папа – тренер «Кто дальше прыгнет?» - показ техники прыжка в длину с места</p>
33	<p>Занятие № 97 (зал) Задачи. Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с одновременным движением рук и ног. Упражнять в прыжках в длину с места (50-70</p>	<p>П/и: «Салют» Игра м/п: «По ровненькой дорожке» -</p>	<p>Развивать самостоятельность при</p>	<p>Беседа «Правила безопасного бега»</p>

	<p>см); в метании в горизонтальную цель. Упражнять детей в перестроении в колонны по два ходьбе парами. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Салют» Игра м/п: «По ровненькой дорожке»</p> <p>Занятие № 98 (зал)</p> <p>Задачи. Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с одновременным движением рук и ног. Упражнять в прыжках в длину с места (50-70 см); в метании в горизонтальную цель. Упражнять детей в перестроении в колонны по два ходьбе парами. Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Салют» Игра м/п: «По ровненькой дорожке»</p> <p>Занятие № 99 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге, ползании по бревну, метении в вертикальную цель. Развивать ловкость, глазомер.</p> <p>П/и: «Зайцы и волк»</p> <p>И/у: «Метание в вертикальную цель», «Проползи по бревну»</p>	<p>Упражнять в беге врассыпную. Развивать умение выполнять движения по сигналу; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично.</p>	<p>ходьбе по скамье с одновременным движением рук.</p>	
34	<p>Занятие № 100 (зал)</p> <p>Задачи. Учить метать предметы в вертикальную цель, правой и левой рукой. Упражнять в прыжках в длину с места; в лазании по гимнастической стенке. Развивать ловкость, глазомер. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Пятнашки» Игра М/П: «Все спортом занимаются»</p> <p>Занятие № 101 (зал)</p> <p>Задачи. Продолжать учить метать предметы в вертикальную цель, правой и левой рукой. Упражнять в прыжках в длину с места; в лазании по гимнастической стенке. Развивать ловкость, глазомер. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Пятнашки» Игра М/П: «Все спортом занимаются»</p> <p>Занятие № 102 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе и беге захлестом голени назад, метании, прыжках. Развивать ловкость, глазомер.</p> <p>П/и: «Удочка»</p> <p>И/у: «Попади в корзину», «Перепрыгни через ручеек»</p>	<p>П/и: «Пятнашки»</p> <p>Упражнять в беге с увертыванием, не наталкиваясь друг на друга</p> <p>Игра М/П: «Все спортом занимаются» - Упражнять в ходьбе по кругу умение согласовывать слова с действиями.</p>	<p>Игра-соревнование «Попади в цель»</p>	<p>Беседа «Правила безопасного бега»</p>
35	<p>Занятие № 103 (зал)</p> <p>Задачи. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой. Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с одновременным движением рук; беге в медленном темпе, Закреплять метание в вертикальную цель (2 м).</p>	<p>П/И: «Принеси кораблик»</p> <p>Игра М/П: «Море волнуется» - Упраж-</p>	<p>Игровое упражнение «Обезьянки» - развивать са-</p>	<p>«Мама-тренер» - показ техники выполнения ходь-</p>

	<p>Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Принеси кораблик» Игра М/П: «Море волнуется» Занятие № 104 (зал) Задачи. Продолжать учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой. Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с одновременным движением рук; беге в медленном темпе, Закреплять метание в вертикальную цель (2 м). Развивать у детей умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично. П/И: «Принеси кораблик» Игра М/П: «Море волнуется» Занятие № 105 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе беге, беге змейкой, в рассыпную, в отбивании мяча о землю, прыжках. Развивать ловкость, ориентацию в пространстве. П/и: «Пробеги тихо» И/у: «Кто не уронит», «Не задень»</p>	<p>нять в беге до ориентира; Развивать ориентировку в пространстве, ловкость, внимание; воображение; умение согласовывать движения со словами, двигаться ритмично..</p>	<p>мостоятельность при перелезании с одного пролета лестницы на другой</p>	<p>бы с высоким подниманием колен</p>
36	<p>Занятие № 106 (зал) Задачи. Учить выполнять прыжки вверх с места. Закреплять умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой. Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с одновременным движением рук; беге в медленном темпе, П/и: «Перепрыгни через ручеек», Игра М/П: «За весною» Занятие № 107 (зал) Задачи. Продолжать учить выполнять прыжки вверх с места на высоту 15-20 см. Закреплять умение перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой. Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с одновременным движением рук; беге в медленном темпе, П/и: «Перепрыгни через ручеек», Игра М/П: «За весною» Занятие № 108 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, метании и бросании мяча, прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Развивать глазомер, ловкость, пространственные представления. П/и: «Прятки» И/у: «Подбрось – поймай», «Сбей кеглю», Кто быстрее по дорожке?»</p>	<p>П/и: «Перепрыгни через ручеек» Игра М/П: «За весною» - Упражнять в прыжках. Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу.</p>	<p>Игровое упражнение «Зайцы»</p>	<p>Играем с папой «Пробежка в медленном темпе»</p>

Перспективный план образовательной деятельности по разделу «Двигательная активность» для детей от 5 до 6 лет
Количество непосредственно образовательной деятельности в год (далее занятия), осуществляемой инструктором по физической культуре – 108

№ не де ли	Образовательная деятельность, осуществляемая в совместной деятельности педагогов и детей		Образова- тельная дея- тельность, осуществляе- мая в само- стоятельной деятельности детей	Образова- тельная дея- тельность, осуществляе- мая во взаи- модействии с семьями вос- питанников
	непосредственно образовательная деятельность	образовательная де- ятельность в режим- ных моментах		
1	<p><u>Занятие № 1 (зал)</u> Задачи. Проверить навыки в беге на скорость (10м). Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе с переступанием через палку поднятую от пола (20-25 см). Упражнять в ходьбе на носках, пятках, внешней стороне стопы, в прыжках с продвижением вперед , в метании вдаль; Упражнять в прямом, боковом галопе; подскоках. Развивать равновесие, скоростные качества, внимание, память, ориентировку в пространстве, ловкость меткость. Воспитывать выдержку. П/и: «Возьми платочек» ИМП: «Подкрадись неслышно»</p> <p><u>Занятие № 2 (зал)</u> Задачи. Проверить навыки в челночном беге на скорость (10м*3). Продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе с переступанием через палку поднятую от пола (20-25 см). Упражнять в ходьбе на носках, пятках, внешней стороне стопы, в прыжках с продвижением вперед , в метании вдаль; Упражнять в прямом, боковом галопе; подскоках. Развивать равновесие, скоростные качества, внимание, память, ориентировку в пространстве, ловкость меткость. Воспитывать выдержку. П/и: «Возьми платочек» ИМП: «Подкрадись неслышно»</p> <p><u>Занятие № 3 (улица)</u> Задачи. Учить перестроению в две колонны. Упражнять в ходьбе с выполнение движений для рук, в беге с высоким поднимание колен, в прокатывании мяча. Развивать глазомер, ловкость.</p>	<p>П/и: «Возьми платочек» - развивать ловкость, быстроту реакции. П/и: «Подкрадись неслышно» - развивать слуховое внимание, умение передвигаться бесшумно.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе с переступанием через предметы Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе с переступанием через предметы</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>

	П/и: «Ловишки в кругу» Игра м/п: «Сбей кеглю»			
2	<p>Занятие № 4 (зал) Задачи. Проверить навыки метания на дальность. Учить прокатыванию мяча одной рукой между предметами. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, враспынную; упражнять в прыжках с продвижением вперед, ходьбе с переступанием через предметы. Развивать, ловкость, глазомер, внимание, равновесие, быстроту реакций. П/и: «Мы веселые ребята» Игра м/п: «Кого не стало?»</p> <p>Занятие № 5 (зал) Задачи. Проверить навыки лазания по гимнастической лестнице. Учить прокатыванию мяча одной, двумя руками между предметами. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, враспынную; упражнять в прыжках с продвижением вперед, ходьбе с переступанием через предметы. Развивать, ловкость, глазомер, внимание, равновесие, быстроту реакций. П/и: «Мы веселые ребята» Игра м/п: «Кого не стало?»</p> <p>Занятие № 6 (улица) Задачи. Учить строится в 2 колонны, владеть мячом (элементы футбола). Упражнять в пролезании в обруч снизу и сверху, ходьбе и беге между ориентирами. Развивать ловкость, быстроту реакций. Воспитывать чувство товарищества. И/у: «Научись владеть мячом» П/и: «Огородники»</p>	<p>П/игра «Мы веселые ребята» -упражнять в беге с увертыванием, развивать ловкость. ИМП: «Кого не стало?» - развивать зрительную память, внимательность.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в прокатывании мяча между предметами</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями</p>
3	<p>Занятие № 7 (зал) Задачи. Проверить навыки в прыжках в длину с места. Учить ползать на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч. Упражнять в умении прокатывать мяч между предметами. В прыжках с продвижение вперед. Упражнять в ходьбе на носках, пятках, на внешней стороне стопы. Развивать скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. П/И: «Ветер и Желтые листочки» Игра М/П: «Осенний букет»</p> <p>Занятие № 8 (зал) Задачи. Проверить навыки в броске набивного мяча. Закреплять умение ползать на четвереньках в прямом направлении, толкая головой мяч. Упражнять в умении прокатывать мяч между предметами. В прыжках с продвижение вперед. Упражнять в ходьбе на носках, пятках, на внешней стороне стопы. Развивать скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие.</p>	<p>П/И: «Ветер и Желтые листочки» Игра М/П: «Осенний букет» - Упражнять в беге враспынную. Развивать скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе по ограниченной площади опоры через препятствия.</p>	<p>Беседа об олимпийских чемпионах - воспитывать позитивные морально-волевые качества.</p>

	<p>П/И: «Ветер и Желтые листочки» Игра М/П: «Осенний букет»</p> <p>Занятие № 9 (улица) Задачи. Учить лазанию через лестницу. Упражнять в беге между ориентирами, в ловле и бросании мяча, прыжках. Развивать выносливость, ловкость. И/у: «Перебраться на другую сторону лестницы» И/у: «Поймай мяч», П/и: «Удочка»</p>			
4	<p>Занятие №10 (зал) Задачи. Проверить детей на гибкость. Учить прыжкам на месте разными способами. Упражнять в непрерывном беге, в ползании на четвереньках, в ходьбе через предметы. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Посади и собери урожай» Игра М/П: «Съедобное - несъедобное»</p> <p>Занятие № 11 (зал) Задачи. Продолжать учить прыжкам на месте разными способами. Упражнять в непрерывном беге, в ползании на четвереньках, в ходьбе через предметы. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Посади и собери урожай» Игра М/П: «Съедобное - несъедобное»</p> <p>Занятие № 12 (улица) Задачи. Упражнять в беге на скорость, прыжках. Закрепить умение лазать чередующим шагом. Развивать ловкость, быстроту, выносливость. П/и: «Бег на перегонки», «Классики»</p>	<p>П/и: «Соберем Урожай» Игра М/П: «Съедобное - несъедобное» - Развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу; ловкость; Упражнять в ловле мяча.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении прыжков.</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>
5	<p>Занятие № 13 (зал) Задачи. Учить ходьбе по наклонной плоскости; перестроению в колонну по одному. Упражнять: в беге поднимая вперед прямые ноги; в прыжках на месте разными способами, в прокатывание мяча змейкой Развивать внимание, ориентировку в пространстве; ловкость, быстроту реакции; согласованность движения рук и ног, равновесие. П/И: «Не оставайся на полу» ИМП: «Пустое место».</p> <p>Занятие № 14 (зал) Задачи. Закреплять умение ходить по наклонной плоскости; перестроению в колонну по одному. Упражнять: в беге поднимая вперед прямые ноги; в прыжках на месте разными способами, в прокатывание мяча змейкой Развивать внимание, ориентировку в пространстве; ловкость, быстроту реакции; согласованность движения рук и ног, равновесие. П/И: «Не оставайся на полу» ИМП: «Пустое место».</p> <p>Занятие № 15 (улица)</p>	<p>П/И: «Не оставайся на полу» Игра МП «Пустое место». Развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу; ловкость; координацию движений, скоростные качества.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ходьбе по ограниченной площади опоры</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать мотив укрепления здоровья.</p>

	<p>Задачи. Учить прыгать через короткую скакалку. Упражнять в ходьбе с заданием для рук, беге широким шагом, в метании в вертикальную цель. Развивать скоростные качества, ловкость, глазомер.</p> <p>И/у: «Прыжки через скакалку»</p> <p>П/и: «Быстрые и метки»</p>			
6	<p>Занятие № 16 (зал)</p> <p>Задачи. Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Развивать ловкость при ползании и прыжках на месте разными способами. Упражнять в ходьбе со сменной положения рук; в беге в быстром темпе. Развивать скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память; глазомер; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Ловишки с ленточкой» ИМП: «Летает – не летает».</p> <p>Занятие № 17 (зал)</p> <p>Задачи. Учить бросать о землю и ловить его двумя руками. Развивать ловкость при ползании и прыжках на месте разными способами. Упражнять в ходьбе со сменной положения рук; в беге в быстром темпе. Развивать скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память; глазомер; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Ловишки с ленточкой» ИМП: «Летает – не летает».</p> <p>Занятие № 18 (улица)</p> <p>Задачи: Упражнять в ходьбе и беге приставным шагом, в прокатывании обруча, в ловле и бросании мяча разными способами. Развивать быстроту, выносливость, ловкость.</p> <p>И/у: «Школа мяча»,</p> <p>П/и: «Ноги от земли»,</p> <p>ИМП: «Городки».</p>	<p>П/игра: «Ловишки с ленточкой» - Упражнять в беге с увертыванием.</p> <p>«Летает – не летает» развивать внимание, быстроту реакций.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при броске и ловле мяча двумя руками.</p>	<p>Беседа с ребенком на тему «Ты то, что ты ешь...» - Расширять знания ребенка о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.</p>
7	<p>Занятие № 19 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ползать по скамейке на четвереньках пятясь назад. Закреплять умение бросать и ловить мяч двумя руками. Упражнять в ходьбе по наклонной плоскости. Развивать выносливость при беге в быстром темпе. Развивать скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память; глазомер; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Хитрая лиса» ИМП: «Грустный зайка»</p> <p>Занятие № 20 (зал)</p> <p>Задачи. Закреплять умение ползать по скамейке на четвереньках пятясь назад. Закреплять умение бросать и ловить мяч двумя руками. Упражнять в ходьбе по наклонной плоскости. Развивать выносливость при беге в быстром темпе. Развивать</p>	<p>П/ игра «Хитрая лиса»</p> <p>Упражнять в беге с увертыванием. Развивать ловкость выдержку. ИМП: «Грустный зайка»</p> <p>Упражнять в ходьбе по кругу, умении соотносить движения с текстом.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ползании на четвереньках по гимнастической скамье</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистюль» - привитие стойких культурно - гигиенических навыков.</p>

	<p>скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память; глазомер; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Хитрая лиса» ИМП: «Грустный зайка»</p> <p>Занятие № 21 (улица)</p> <p>Задачи. Познакомить с игрой в хоккей. Упражнять в ловле и бросании мяча, в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия. Упражнять в беге по сигналу. Развивать выносливость, ловкость.</p> <p>П/и: «Встречные перебежки», «Шарик с горки»</p>			
8	<p>Занятие № 22 (зал)</p> <p>Задачи. Учить прыгать через предметы на двух ногах. Упражнять в ходьбе по наклонной плоскости, в беге в быстром темпе, в ползании по гимнастической скамье пятясь назад. Упражнять в перестроении. Развивать скоростные качества, ловкость. Укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Двое в одном обруче» ИМП: «Необычный художник»</p> <p>Занятие № 23 (зал)</p> <p>Задачи. Учить вспрыгивать на скамью. Упражнять в ходьбе по наклонной плоскости, в беге в быстром темпе, в ползании по гимнастической скамье пятясь назад. Упражнять в перестроении. Развивать скоростные качества, ловкость. Укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Двое в одном обруче» ИМП: «Необычный художник»</p> <p>Задание № 24 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ловле и ведении мяча (элементы баскетбола), в прыжках через предметы, в беге с увертыванием. Развивать выносливость, ловкость.</p> <p>П/и: «Коршун и насадка», И/у: «Баскетбол»</p>	<p>П/и: «Двое в одном обруче»</p> <p>ИМП: «Деревья и птицы»</p> <p>Упражнять в беге, умении действовать по сигналу, соотносить движение с текстом. Развивать ловкость, быстроту реакций.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении прыжков через предметы, вспрыгивании на скамью.</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>
9	<p>Занятие № 25 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ходьбе с мешочком на голове. Упражнять в ловле и броске мяча, в перепрыгивании через предметы. Упражнять в ходьбе скрестным шагом, «змейкой», в беге с отведением голени назад. Развивать Глазомер, равновесие, ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Займи свободную машину» ИМП: «Угадайте, угадайте!»</p> <p>Занятие № 26 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ходьбе по пенькам. Упражнять в ловле и броске мяча, в перепрыгивании через предметы. Упражнять в ходьбе скрестным шагом, «змейкой», в беге с отведением голени назад. Развивать Глазомер, равновесие, ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p>	<p>П/и: «Займи свободную машину» - Упражнять в беге. Развивать умение ориентироваться в пространстве по зрительным ориентирам. ИМП: «Угадайте, угадайте» Упражнять в умении предавать в движении характер транспортного средства. Развивать вооб-</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ходьбе с мешочком на голове.</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать мотив укрепления здоровья.</p>

	<p>П/и: «Займи свободную машину» ИМП: «Угадайте, угадайте!»</p> <p>Занятие № 27 (улица) Задачи: Упражнять в перестроении в две колонны, в беге, прыжках, ловле и подбрасывании колец. Развивать ловкость, быстроту и выносливость. И/у: «Кругом», И/у: «Серсо»</p>	ражение, наблюдательность		
10	<p>Занятие № 28 (зал) Задачи. Учить перестроению в колонну по два; бросать мяч вверх и ловить его одной рукой. Упражнять в ходьбе с мешочком на голове, ползании по скамье пятясь назад. Закреплять умение выполнять повороты на право переступанием на месте. Развивать ловкость, равновесие, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Бездомный заяц» ИМП: «Много игрушек у нашей Арины»</p> <p>Занятие № 29 (зал) Задачи. Учить бросать мяч об пол и ловить его одной рукой. Упражнять в ходьбе с мешочком на голове, ползании по скамье пятясь назад. Закреплять умение выполнять повороты на право переступанием на месте. Развивать ловкость, равновесие, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Бездомный заяц» ИМП: «Много игрушек у нашей Арины»</p> <p>Занятие № 30 (улица) Задачи. Учить прыжкам в высоту с разбега. Упражнять в прокатывании мяча, беге. Развивать координацию движений, равновесие, ловкость. П/и: «На одной ноге», «Пас»</p>	<p>П/и: «Бездомный заяц» ИМП: «Много игрушек у нашей Арины» Упражнять в беге, ходьбе по кругу, умении действовать по сигналу. Развивать ловкость, быстроту, воображение.</p>	Развитие самостоятельности и самоконтроля при броске и ловле мяча одной рукой	Беседа об олимпийских чемпионах - воспитывать позитивные морально-волевые качества
11	<p>Занятие № 31 (зал) Задачи. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе. Упражнять в подбрасывании мяча одной рукой, прыжках через предметы. Закреплять умение размыкаться в колонне и в шеренге. Развивать ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног, укреплять свод стопы. П/и: «Мышеловка» ИМП: «Угадай эмоцию»</p> <p>Занятие № 32 (зал) Задачи. Продолжать учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе. Упражнять в подбрасывании мяча одной рукой, прыжках через предметы. Закреплять умение размыкаться в колонне и в шеренге. Развивать ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног, укреплять свод стопы. П/и: «Мышеловка» ИМП: «Угадай эмоцию»</p>	<p>П/и: «Мышеловка» Развивать быстроту реакции, выдержку ИМП: «Угадай эмоцию» Упражнять в умении распознавать эмоцию товарищей.</p>	Развитие самостоятельности и самоконтроля при ползании по гимнастической скамье подтягиваясь на руках	Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать мотив укрепления здоровья.

	<p>Занятие № 33 (улица) Задачи. Упражнять в прыжках через скакалку; ловле, бросании и прокатывании мяча. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. П/и: «Подбрось, поймай» И/у: «Бабки»</p>			
12	<p>Занятие № 34 (зал) Задачи. Учить энергичному отталкиванию двумя ногами от пола взмах рук в прыжке с доставанием до предмета. Отработать ползание по скамейке на животе, ходьбу с мешочком на голове, по пенькам. Закреплять ходьбу «змейкой». Развивать ловкость и устойчивое равновесие, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Поможем повару» ИМП: «Что нам делать покажи»</p> <p>Занятие № 35 (зал) Задачи. Продолжать учить энергичному отталкиванию двумя ногами от пола взмах рук в прыжке с доставанием до предмета. Отработать ползание по скамейке на животе, ходьбу с мешочком на голове, по пенькам. Закреплять ходьбу «змейкой». Развивать ловкость и устойчивое равновесие, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Поможем повару» ИМП: «Что нам делать покажи»</p> <p>Занятие № 36 (улица) Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель. И/у: «Метко в цель», «Смелые воробышки».</p>	<p>П/и: «Поможем повару» ИМП: «Что нам делать покажи» Упражнять в беге с препятствиями, в ходьбе по кругу взявшись за руки. Развивать ловкость, быстроту, внимание, наблюдательность, воображение. Закрепить знание профессий.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении прыжков с доставанием до предмета.</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать мотив укрепления здоровья.</p>
13	<p>Занятие № 37 (зал) Задачи. Учить ходьбе спиной вперед между двумя линиями. Упражнять в прыжках в высоту доставая до предмета, в броске и ловле мяча вверх, о землю одной рукой. Совершенствовать: бег в колонне по одному через препятствия. Развивать ловкость, равновесие, скоростные способности, координацию движений, выносливость. П/и: «Букет» ИМП: «Было у мамочки десять детей»</p> <p>Занятие № 38 (зал) Задачи. Продолжать учить ходьбе спиной вперед между двумя линиями. Упражнять в прыжках в высоту доставая до предмета, в броске и ловле мяча вверх, о землю одной рукой. Совершенствовать: бег в колонне по одному через препятствия. Развивать ловкость, равновесие, скоростные способности, координацию движений, выносливость. П/и: «Букет» ИМП: «Было у мамочки десять детей»</p> <p>Занятие № 39 (улица)</p>	<p>П/и: «Букет» - Упражнять в беге по сигналу. Развивать внимание, ориентировку в пространстве. ИМП: «Было у мамочки десять детей» Упражнять в умении сохранения позы по показу.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении ходьбы спиной вперед между двумя линиями</p>	<p>Беседа с ребенком на тему «Ты то, что ты ешь...» - Расширять знания ребенка о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.</p>

	<p>Задачи. Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой; развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.</p> <p>И/у: «По дорожке».</p> <p>П/и: «Мы веселые ребята».</p>			
14	<p>Занятие № 40 (зал)</p> <p>Задачи. Учить метать вдаль. Закреплять бег в быстром темпе; ползание по гимнастической скамье на животе подтягиваясь руками, в подпрыгивании до предметов. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Самый быстрый» ИМП: «Съедобное - несъедобное»</p> <p>Занятие № 41 (зал)</p> <p>Задачи. Продолжать учить метать вдаль. Закреплять бег в быстром темпе; ползание по гимнастической скамье на животе подтягиваясь руками, в подпрыгивании до предметов. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Самый быстрый» ИМП: «Съедобное - несъедобное»</p> <p>Занятие № 42 (улица)</p> <p>Задачи. Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.</p> <p>И/у: «Сбей кеглю».</p> <p>П/и: «Ловишки парами»</p>	<p>П/и: «Самый быстрый»</p> <p>ИМП: «Съедобное - несъедобное»</p> <p>Развивать ловкость, внимание, быстроту реакций.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении метания на дальность.</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистюль» - привитие стойких к.г.н.</p>
15	<p>Занятие № 43 (зал)</p> <p>Задачи. Учить подлезать под дуги, веревки. Совершенствовать умение рассчитать силу и направление броска при метании. Развивать равновесие при ходьбе спиной вперед. Упражнять в беге быстром темпе. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Зима» ИМП: «Вот она идет сама долгожданная зима»</p> <p>Занятие № 44 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать умение подлезать под дуги, веревки. Совершенствовать умение рассчитать силу и направление броска при метании. Развивать равновесие при ходьбе спиной вперед. Упражнять в беге быстром темпе. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Зима» ИМП: «Вот она идет сама долгожданная зима»</p> <p>Занятие № 45 (улица)</p>	<p>П/и: «Зима» ИМП: «Вот она идет сама долгожданная зима»</p> <p>Упражнять в беге с увертыванием, ходьбе по кругу. Развивать ловкость, выносливость.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при подлезании под дуги в веревки.</p>	<p>Формировать интерес к физкультуре и спорту, потребность заниматься физическими упражнениями.</p>

	<p>Задачи. Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и метанием. И/у: «Кто быстрее», «Пробеги-не задень». ИМП: «Найдем зайца»</p>			
16	<p>Занятие № 46 (зал) Задачи. Учить прыжкам в длину с места. Совершенствовать ползание на четвереньках под дугой. Закреплять ходьбу спиной вперед; перестроение из колонны по одному по два на месте. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Ловля оленей», ИМП: «Хейро»</p> <p>Занятие № 47 (зал) Задачи. Отрабатывать умение энергично отталкиваться при выполнении прыжков в длину с места. Совершенствовать ползание на четвереньках под дугой. Закреплять ходьбу спиной вперед; перестроение из колонны по одному по два на месте. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Ловля оленей», ИМП: «Хейро»</p> <p>Занятие № 48 (улица) Задачи: Упражнять в ходьбе на лыжах, в беге, скольжении. Развивать равновесие, координацию движений. П/и «Лесная карусель»; П/и: «Гонки на санках»</p>	<p>П/и: «Ловля оленей» ИМП: «Хейро» Упражнять в беге с увертыванием, ходьбе по кругу. Развивать ловкость, умение действовать слаженно, дружно.</p>	<p>Игровое упражнение «Заползи в норку» Игровое упражнение «Через ручеек»</p>	<p>Посещение спортивных мероприятий в СК города - формировать интерес к физкультуре и спорту,</p>
17	<p>Занятие № 49 (зал) Задачи. Учить ходить по скамье приставным шагом; ходить парами. Упражнять в прыжках в длину с места. Закреплять умение рассчитать силу и направление броска при метании в даль. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Мороз – красный нос» ИМП: «Что весит на елке?»</p> <p>Занятие № 50 (зал) Задачи. Учить ходить по бревну приставным шагом; ходить парами. Упражнять в прыжках в длину с места. Закреплять умение рассчитать силу и направление броска при метании в даль. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Мороз – красный нос» ИМП: «Что весит на елке?»</p> <p>Занятие № 51 (улица) Задачи: Упражнять в беге, скольжении на лыжах. Развивать равновесие, быстроту, ловкость.</p>	<p>П/и: «Мороз – красный нос» - упражнять в беге с увертыванием, умении действовать по сигналу. ИМП: «Что весит на елке?» Упражнять в беге по кругу в разном темпе. Развивать внимание, быстроту реакций.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ходьбе приставным шагом по скамье и бревну</p>	

	П/и: «Проезжай в воротца», «На ледяной дорожке», «На санки»			
18	<p>Занятие № 52 (зал) Задачи. Учить перебрасывать мяч друг другу разными способами. Развивать ловкость при подлезании под дугу. Упражнять в прыжках в длину с места, в беге с высоким подниманием колена. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость. Укреплять свод стопы. П/и: «В зимнем парке карусели» ИМП: «Колокольчик»</p> <p>Занятие № 53 (зал) Задачи. Отрабатывать умение перебрасывать мяч друг другу разными способами. Развивать ловкость при подлезании под дугу. Упражнять в прыжках в длину с места, в беге с высоким подниманием колена. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость. Укреплять свод стопы. П/и: «В зимнем парке карусели» ИМП: «Колокольчик»</p> <p>Занятие № 54 (улица) Задачи: Учить элементам хоккея (ведению шайбы). Развивать координации движений, ловкость, воображение. И/у: «Хоккей»; П/и: Хоккей</p>	П/и: «В зимнем парке карусели» ИМП: «Колокольчик» - развивать слуховое внимание.	Развитие самостоятельности и самоконтроля при перебрасывании мяча в парах разными способами	Чтение стихов, сказок, рассказов о здоровом образе жизни - формировать привычку к здоровому образу жизни
19	<p>Занятие № 55 (зал) Задачи. Учить лазанию по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично. Упражнять в перебрасывании мяча. Закреплять ходьбу по бревну (скамье) приставным шагом. Упражнять в ходьбе выпадами, в беге с высоким подниманием колена. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Заря» ИМП: «Баба Яга»</p> <p>Занятие № 56 (зал) Задачи. Отрабатывать умение лазать по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично. Упражнять в перебрасывании мяча. Закреплять ходьбу по бревну (скамье) приставным шагом. Упражнять в ходьбе выпадами, в беге с высоким подниманием колена. Развивать равновесие, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Заря» ИМП: «Баба Яга»</p> <p>Занятие № 57 (улица) Задачи: Учить владеть клюшкой. Упражнять в метании, беге со сменой направления. Развивать ловкость, внимание. П/и: «Ловишки со снежками»; «Снежная карусель»</p>	П/и: «Заря» - упражнять в беге наперегонки по кругу. ИМП: «Баба Яга» - учить действовать по сигналу, развивать умение принимать статичную позу.	Игровое упражнение «Обезьянки» Развитие самостоятельности и самоконтроля при лазании по гимнастической стенке	Загадывание загадок по ЗОЖ - формировать привычку к здоровому образу жизни.

<p>20</p>	<p><u>Занятие № 58 (зал)</u> Задачи. Учить прыжкам в высоту с разбега. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично. Закреплять ходьбу по бревну (скамье) приставным шагом. Упражнять в ходьбе скрестным шагом, в беге в быстром темпе. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость. Укреплять свод стопы. П/и: «Коза и волк»» ИМП: «Шаловливые котята» <u>Занятие № 59 (зал)</u> Задачи. Продолжать учить прыжкам в высоту с разбега. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично. Закреплять ходьбу по бревну (скамье) приставным шагом. Упражнять в ходьбе скрестным шагом, в беге в быстром темпе. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость. Укреплять свод стопы. П/и: «Коза и волк»» ИМП: «Шаловливые котята» <u>Занятие № 60 (улица)</u> Задачи: Учить удерживать равновесие при скольжении на лыжах. Упражнять в прыжках, в ведении шайбы, беге и ходьбе. П/и: «Саный круг»; И/у: «Передай шайбу»</p>	<p>П/и: «Коза и волк» Упражнять в беге, в ходьбе по кругу, умения действовать по сигналу. ИМП: «Шаловливые котята» Упражнять в перебрасывании мяча в парах через обруч. Развивать ловкость, глазомер.</p>	<p>Игровое упражнение «Перепрыгни» Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении прыжка в высоту с разбега.</p>	<p>Рассматривание книг, иллюстраций по КГН - прививать стойкие культурно - гигиенические навыки.</p>
<p>21</p>	<p><u>Занятие № 61 (зал)</u> Задачи. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по бревну приставным шагом боком. Упражнять в перебрасывании мяча; в прыжках в высоту с разбега, в беге с высоким подниманием колена. Упражнять в ходьбе «змейкой». Развивать равновесие, согласованность движения рук и ног. Формировать правильную осанку. П/и: «Снежная королева» ИМП: «Оттолкни мяч» <u>Занятие № 62 (зал)</u> Задачи. Закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по бревну приставным шагом боком. Упражнять в перебрасывании мяча; в прыжках в высоту с разбега, в беге с высоким подниманием колена. Упражнять в ходьбе «змейкой». Развивать равновесие, согласованность движения рук и ног. Формировать правильную осанку. П/и: «Снежная королева» ИМП: «Оттолкни мяч» <u>Занятие № 63 (улица)</u> Задачи: Упражнять в беге, ходьбе на лыжах, перебрасывании снежков. В беге с увертыванием. Развивать выносливость, равновесие. П/и: «Догонялки»; «Тройки»; «Зима и лето»</p>	<p>П/и: «Снежная королева» ИМП: «Оттолкни мяч» Упражнять в беге с увертыванием, в умении владеть мячом. Развивать силу, ловкость, выносливость.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ходьбе приставным шагом боком по скамье и бревну</p>	<p>Беседа об олимпийских чемпионах - воспитывать позитивные морально-волевые качества.</p>

22	<p><u>Занятие № 64 (зал)</u> Задачи. Учить метанию в вертикальную и горизонтальную цель. Закрепить навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с разбега. Упражняться в лазании по гимнастической стенке ритмично. Упражняться в ориентировке в пространстве, поворот направо, налево переступанием. Развивать координацию движений, выносливость. П/и: «Мяч капитану» ИМП: «Заводила»</p> <p><u>Занятие № 65 (зал)</u> Задачи. Продолжать учить метанию в вертикальную и горизонтальную цель. Закрепить навык энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с разбега. Упражняться в лазании по гимнастической стенке ритмично. Упражняться в ориентировке в пространстве, поворот направо, налево переступанием. Развивать координацию движений, выносливость. П/и: «Мяч капитану» ИМП: «Заводила»</p> <p><u>Занятие № 66 (улица)</u> Задачи. Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность. И/у: «Пробеги – не задень», «Кто дальше бросит?». П/и: «Мороз – красный нос»</p>	<p>П/и: «Мяч капитану» Упражнять в передаче мяча над головой. Развивать ловкость. ИМП: «Заводила» Развивать внимание и смекалку.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой.</p>	<p>Беседа о честной спортивной борьбе, радости выигрыша и достойного проигрыша - воспитывать положительные морально-волевые качества.</p>
23	<p><u>Занятие № 67 (зал)</u> Задачи. Учить ползать на животе, подтягиваясь руками попеременно. Развивать глазомер при метании в цель; равновесие при ходьбе по бревну приставным шагом. Упражняться в ходьбе в приседе, в челночном беге. Развивать ловкость, координацию движений, согласованность движения рук и ног. П/и: «Выше ноги от земли» ИМП: «Угадай по голосу»</p> <p><u>Занятие № 68 (зал)</u> Задачи. Продолжать учить ползать на животе, подтягиваясь руками попеременно. Развивать глазомер при метании в цель; равновесие при ходьбе по бревну приставным шагом. Упражняться в ходьбе в приседе, в челночном беге. Развивать ловкость, координацию движений, согласованность движения рук и ног. П/и: «Выше ноги от земли» ИМП: «Угадай по голосу»</p> <p><u>Занятие № 69 (улица)</u> Задачи. Разучить повороты на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. И/у: «По местам», «С горки».</p>	<p>П/и: «Выше ноги от земли» Упражнять в беге и лазании. Развивать ловкость, внимание память. ИМП: «Угадай по голосу»- развивать слуховую память.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ползании на животе подтягиваясь на руках попеременно (По медвежьей)</p>	<p>Участие в спортивных праздниках, посвященных Дню защитники Отечества.</p>

<p>24</p>	<p><u>Занятие № 70 (зал)</u> Задачи. Учить прыжкам в длину с разбега. Закрепить ходьбу приставным шагом боком по бревну. Упражнять в ползании по скамейке на спине. Развивать ловкость при челночном беге. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Веселая маршировка» ИМП: «Ловкие солдаты»</p> <p><u>Занятие № 71 (зал)</u> Задачи. Отрабатывать прыжки в длину с разбега. Закрепить ходьбу приставным шагом боком по бревну. Упражнять в ползании по скамейке на спине. Развивать ловкость при челночном беге. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Веселая маршировка» ИМП: «Ловкие солдаты»</p> <p><u>Занятие № 72 (улица)</u> Задачи. Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой, скольжение по ледяной дорожке. И/у: «Точный пас», «По дорожке». П/и: «Мороз – Красный нос»</p>	<p>П/и: «Веселая маршировка» Упражнять в ходьбе в колонне по одному. Развивать ориентировку в пространстве, внимание. ИМП: «Ловкие солдаты» Упражнять в ловле мяча. Развивать ловкость и быстроту реакций.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении прыжка в длину с разбега.</p>	<p>Участие в физкультурном развлечении «Супер-мама».</p>
<p>25</p>	<p><u>Занятие № 73 (зал)</u> Задачи. Учить ходьбе по скамейке приставным шагом с заданием для рук. Упражнять в ходьбе спиной вперед. Упражнять в перестроении из одной шеренге в две на месте. Закреплять метание в цель, прыжки в длину с разбега. Развивать выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Зима и весна» ИМП: «Путаница»</p> <p><u>Занятие № 74 (зал)</u> Задачи. Продолжать учить ходьбе по скамейке приставным шагом с заданием для рук. Упражнять в ходьбе спиной вперед. Упражнять в перестроении из одной шеренге в две на месте. Закреплять метание в цель, прыжки в длину с разбега. Развивать выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Зима и весна» ИМП: «Путаница»</p> <p><u>Занятие № 75 (улица)</u> Задачи. Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. И/у: «Кто дальше», «Кто быстрее». ИМП: «Найди следы зайца»</p>	<p>П/и: «Зима и Весна» Упражнять в беге с увертыванием. Развивать ловкость. ИМП: «Путаница» - Закреплять представления детей о временах года и их признаках. Развивать внимание.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ходьбе по гимнастической скамейке боком,</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре</p>

26	<p>Занятие № 76 (зал) Задачи. Учить катать и бросать набивной мяч разными способами. Упражнять в прыжках с разбега, в ползании по скамейке. Развивать ловкость, выносливость. Закреплять умение перестраиваться из одной шеренги в две на месте. Развивать ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног. Укреплять свод стопы. П/и: «Букет» ИМП: «Было у мамочки десять детей»</p> <p>Занятие № 77 (зал) Задачи. Продолжать учить катать и бросать набивной мяч разными способами. Упражнять в прыжках с разбега, в ползании по скамейке. Развивать ловкость, выносливость. Закреплять умение перестраиваться из одной шеренги в две на месте. Развивать ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног. Укреплять свод стопы. П/и: «Букет» ИМП: «Было у мамочки десять детей»</p> <p>Занятие № 78 (улица) Задачи: Упражнять в беге, прыжках через скакалку, владении мячом. Развивать ловкость, выносливость. П/и: «Догони свою пару» И/у: «Обведи и передай»</p>	<p>П/и: «Букет» - Упражнять в беге по сигналу. Развивать внимание, ориентировку в пространстве. ИМП: «Было у мамочки десять детей» Упражнять в умении сохранении позы по показу.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при броске набивного мяча</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре.</p>
27	<p>Занятие № 79 (зал) Задачи. Учить лазать по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично с изменением темпа. Упражнять в броске набивного мяча разными способами. Повторить ходьбу по гимнастической скамейке с заданием для рук. Развивать выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку.. П/и: «Успей выбежать» ИМП: «Тик - так»</p> <p>Занятие № 80 (зал) Задачи. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично с изменением темпа. Упражнять в броске набивного мяча разными способами. Повторить ходьбу по гимнастической скамейке с заданием для рук. Развивать выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку.. П/и: «Успей выбежать» ИМП: «Тик - так»</p> <p>Занятие № 81 (улица) Задачи: Упражнять в прыжках в длину, броске мяча в даль, в беге и лазании. Развивать быстроту, меткость, ловкость. П/и: «Медведь и пчелы» И/у: «Кто скорее до флажка»</p>	<p>П/и: «Успей выбежать» Упражнять в умении быстро выбежать из круга. Развивать ловкость и быстроту ИМП: «Тик-так» Развивать слуховую память, внимание.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при лазании по гимнастической лестнице с изменением темпа.</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>
28	<p>Занятие № 82 (зал)</p>	<p>П/и: «Попрыгунчики»</p>	<p>Развитие са-</p>	<p>Формировать</p>

	<p>Задачи. Учить прыжкам через длинную скакалку. Упражнять в лазании по гимнастической стенке ритмично с изменением темпа; в ходьбе по скамейке с заданием для рук. Повторить перестроение из одной шеренги в две на месте. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Попрыгунчики» ИМП: «Если весело живется»</p> <p>Занятие № 83 (зал)</p> <p>Задачи. Продолжать учить прыжкам через длинную скакалку. Упражнять в лазании по гимнастической стенке ритмично с изменением темпа; в ходьбе по скамейке с заданием для рук. Повторить перестроение из одной шеренги в две на месте. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Попрыгунчики» ИМП: «Если весело живется»</p> <p>Занятие № 84 (улица)</p> <p>Задачи: Упражнять в метании в вертикальную цель, беге с увертыванием. Развивать глазомер, ловкость, быстроту.</p> <p>П/и: «Хитрая лиса»</p> <p>И/у: «Перебежки»</p>	<p>- упражнять в прыжках, в беге с увертыванием.</p> <p>ИМП: «Если весело живется»- развивать внимание, умение выполнять движения по показу.</p>	<p>мостоятельно-сти и само-контроля при выполнении прыжков через длинную скакалку</p>	<p>интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>
29	<p>Занятие № 85 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ходьбе по гимнастической скамейке с поворотами. Упражнять в броске набивного мяча разными способами; в прыжках через длинную скакалку. Развивать ловкость, равновесие, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. .</p> <p>П/и: «Земляне и инопланетяне» ИМП: «Земля и луна»</p> <p>Занятие № 86 (зал)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с поворотами. Упражнять в броске набивного мяча разными способами; в прыжках через длинную скакалку. Развивать ловкость, равновесие, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. .</p> <p>П/и: «Земляне и инопланетяне» ИМП: «Земля и луна»</p> <p>Занятие № 87 (улица)</p> <p>Задачи: Упражнять в беге, прыжках. Развивать равновесие, ловкость, выносливость.</p> <p>П/и: Охотники и зайцы»</p> <p>ИМП: «Кто летает?»</p>	<p>П/и: «Земляне и инопланетяне»</p> <p>Упражнять в беге с увертыванием, действовать по сигналу.</p> <p>Развивать ориентацию в пространстве по ориентирам.</p> <p>ИМП: «Земля и Луна»</p> <p>Упражнять в сохранении равновесия при кружении.</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть, повернуться кругом и пройти дальше.</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре.</p>

<p>30</p>	<p><u>Занятие № 88 (зал)</u> Задачи. Учить отбивать мяч на месте. Упражнять в прыжках через длинную скакалку; в лазании по гимнастической стенке. Закреплять ходьбу приставным шагом, в полуприседе. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Невод и золотые рыбки» ИМП: «Подскажи словечко» <u>Занятие № 89 (зал)</u> Задачи. Учить отбивать мяч в движении. Упражнять в прыжках через длинную скакалку; в лазании по гимнастической стенке. Закреплять ходьбу приставным шагом, в полуприседе. Развивать ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Невод и золотые рыбки» ИМП: «Подскажи словечко» <u>Занятие № 90 (улица)</u> Задачи: Упражнять в прыжках, метании в вертикальную цель. Развивать ловкость, глазомер. П/и: Удочка». И/ упр. «Элементы баскетбола»</p>	<p>П/и: «Невод и золотые рыбки» - развивать ловкость, внимание. ИМП: «Подскажи словечко» - упражнять в ловле мяча, закреплять знание сказоч.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при отбивании мяча в движении.</p>	<p>Рассматривание иллюстраций о разных видах спорта - Закреплять знания о видах спорта, развивать воображение.</p>
<p>31</p>	<p><u>Занятие № 91 (зал)</u> Задачи. Учить лазать по веревочной лестнице. Упражнять в отбивании мяча на месте и в движении; в ходьбе по гимнастической скамейке с поворотами, различными движениями рук. Развивать, глазомер, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Игра - эстафета: «Потуши пожар» ИМП: «Ловушка» <u>Занятие № 92 (зал)</u> Задачи. Продолжать учить лазать по веревочной лестнице. Упражнять в отбивании мяча на месте и в движении; в ходьбе по гимнастической скамейке с поворотами, различными движениями рук. Развивать, глазомер, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Игра - эстафета: «Потуши пожар» ИМП: «Ловушка» <u>Занятие № 93 (улица)</u> Задачи : Упражнять в беге, прыжках через скакалку, ведении мяча (элементы футбола). Развивать ловкость, выносливость. П/и: «Кошка и мышка» И/ упр. «Элементы футбола»</p>	<p>П/и: «Потуши пожар» Упражнять в беге поочередно. Уметь передавать эстафету, воспитывать дружбу. ИМП: « Ловушка» - Упражнять в прыжках вверх на месте.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при лазании по веревочной лестнице</p>	<p>Беседа с ребенком на тему «Ты то, что ты ешь..» - Расширять знания ребенка о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и еды.</p>

<p>32</p>	<p>Занятие № 94 (зал) Задачи. Разучить: прыжки через длинную скакалку с небольшого разбега. Упражнять: в ходьбе по гимнастической скамье с различными заданиями для рук, в лазании по веревочной лестнице. Повторить перестроение из одной шеренги в две в движении. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/народ. игра: «Юрта» ИМП: «Надень папаху» Занятие № 95 (зал) Задачи. Закреплять прыжки через длинную скакалку с небольшого разбега. Упражнять: в ходьбе по гимнастической скамье с различными заданиями для рук, в лазании по веревочной лестнице. Повторить перестроение из одной шеренги в две в движении. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/народ. игра: «Юрта» ИМП: «Надень папаху» Занятие № 96 (улица) Задачи: Упражнять в лазании, прокатывании мяча. Развивать ловкость, равновесие. П/и: «Пожарные на учениях» И/у: «Сбей кеглю»</p>	<p>П/народ. игра: «Юрта» - упражнять в ориентировке в пространстве, в умении находить свое место. ИМП: «Надень папаху» развивать память, умение действовать с закрытыми глазами.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении прыжков через скакалку с разбега</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистюль» - привитие стойких культурно - гигиенических навыков.</p>
<p>33</p>	<p>Занятие № 97 (зал) Задачи. Учить ходьбе по гимнастической скамейке с переступанием через шнур, с закрытыми глазами. Упражнять в прыжках через качающуюся скакалку с разбега; в отбивании мяча от пола. Закреплять повороты направо, налево переступанием и прыжком. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Салют», ИМП: «Самый внимательный» Занятие № 98 (зал) Задачи. Учить ходьбе по гимнастической скамейке с поворотами и различными движениями рук. Упражнять в прыжках через качающуюся скакалку с разбега; в отбивании мяча от пола. Закреплять повороты направо, налево переступанием и прыжком. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Салют», ИМП: «Самый внимательный» Занятие № 99 (улица) Задачи: Упражнять в беге, прыжках с продвижением вперед, метании. Развивать глазомер, ловкость, выносливость. П/и: «Мышеловка» Игра «Городки»</p>	<p>П/и: «Салют» Упражнять в умении действовать по сигналу. Развивать быстроту ловкость. ИМП: «Самый внимательный» развивать зрительную память.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ходьбе по гимнастической скамье с переступанием через шнур, с закрытыми глазами.</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистюль» - привитие стойких культурно - гигиенических навыков.</p>

34	<p>Занятие № 100 (зал) Задачи. Учить перебрасывать мяч в парах в движении. Упражнять в прыжках через качающуюся скакалку с разбега; в лазании по веревочной лестнице. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Найди свое место» ИМП: «Чтоб здоровье сохранить»</p> <p>Занятие № 101 (зал) Задачи. Продолжать учить перебрасывать мяч в парах в движении. Упражнять в прыжках через качающуюся скакалку с разбега; в лазании по веревочной лестнице. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Найди свое место» ИМП: «Чтоб здоровье сохранить»</p> <p>Занятие № 102 (улица) Задачи Упражнять в прыжках в высоту, в подлезании под шнур, перебрасывании мяча. Развивать ловкость, внимание, меткость. П/и: «Карусель»</p>	<p>П/и: «Найди свое место» - упражнять в умении находить свое место в шеренге, после бега в рассыпную. ИМП: «Чтоб здоровье сохранить» - развивать умение принимать позу по карточке - схеме.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при перебрасывании мячей с отскоком от пола и ловля 2 руками с хлопком в ладоши.</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре</p>
35	<p>Занятие № 103 (зал) Задачи. Учить лазать по канату произвольным способом. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: ходьбу по гимнастической скамейке с переступанием через предметы приставным шагом. Развивать, ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Огородники» ИМП: «Улитка»</p> <p>Занятие № 104 (зал) Задачи. Отрабатывать навыки лазания по канату произвольным способом. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: ходьбу по гимнастической скамейке с переступанием через предметы приставным шагом. Развивать, ловкость, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Огородники» ИМП: «Улитка»</p> <p>Занятие № 105 (улица) Задачи: Упражнять в пролезании через обруч прямо и боком, в метании на дальность, в беге с увертыванием. Развивать ловкость, глазомер, выносливость. П/и: «Пятнашки»</p>	<p>П/и: «Огородники» - упражнять в беге на перегонки с дополнительным заданием. ИМП: «Улитка» Упражнять в ходьбе по кругу взявшись за руки, согласовывая движения с текстом</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при лазании по канату</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>
36	<p>Занятие № 106 (зал) Задачи. Разучить прыжки через короткую скакалку. Упражнять в лазании по канату. Закреплять: ходьбу по гимнастической скамейке с переступанием через предметы. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность</p>	<p>П/и: «Золотые ворота» - Развитие ловкости и быстроты реакции. ИМП: «Веселые сол-</p>	<p>Игра – соревнование «Кто больше раз прыгнет через</p>	<p>Загадывание загадок по ЗОЖ - формировать при-</p>

<p>движения рук и ног. П/и: «Золотые ворота» ИМП: «Веселые солнышки» Занятие № 107 (зал) Задачи. Отрабатывать прыжки через короткую скакалку. Упражнять в лазании по канату. Закреплять: ходьбу по гимнастической скамейке с переступанием через предметы. Развивать, ловкость, координацию движений, выносливость, согласованность движения рук и ног. П/и: «Золотые ворота» ИМП: «Веселые солнышки» Занятие № 108 (улица) Задачи: Упражнять в прыжках в длину с места, в лазании по гимнастической стенке, в беге. Развивать ловкость, выносливость. П/ и: «Перелет птиц»</p>	<p>нышки» -Упражнять в прокатывании и вращении обруча.</p>	<p>скакалку»</p>	<p>вычку к здоровому образу жизни.</p>
--	--	------------------	--

для детей для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений

Количество непосредственно образовательной деятельности в год (далее занятия), осуществляемой инструктором по физической культуре – 108

№ неде- де- ли	Образовательная деятельность, осуществляемая в совместной деятельности педагогов и детей	образовательная деятельность в режимных моментах	Образовательная деятельность, осуществляемая в самостоятельной деятельности детей	Образовательная деятельность, осуществляемая во взаимодействии с семьями воспитанников
1	<p>Занятие № 1 (зал) Задачи. Проверить навыки в беге на скорость (10м). Учить ходьбе по гимнастической скамейке: боком приставным шагом (равновесие). Упражнять в прямом, боковом галопе; подскоках, в прыжках с продвижением вперед, в метании вдаль, в различных способах выполнения хвата обруча; Развивать равновесие, скоростные качества, внимание, память, ориентировку в пространстве, ловкость. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать выдержку. П/и: «Возьми платочек» П/и: «Подкрадись не слышно»</p> <p>Занятие № 2 (зал) Задачи. Проверить навыки в челночном беге на скорость (10м*3). Учить ходьбе по гимнастической скамейке: боком приставным шагом (равновесие). Упражнять в прямом, боковом галопе; подскоках, в прыжках с продвижением вперед, в метании вдаль, в различных способах выполнения хвата обруча; Развивать равновесие, скоростные качества, внимание, память, ориентировку в пространстве, ловкость. Развивать равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать выдержку. П/и: «Возьми платочек» П/и: «Подкрадись не слышно»</p> <p>Занятие № 3 (улица)</p>	<p>П/и: «Возьми платочек» - развивать ловкость, быстроту реакции. П/и: «Подкрадись не слышно» - развивать слуховое внимание, умение передвигаться бесшумно.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе по скамье боковым шагом</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>

	<p>Задачи. Упражнять в построении колонну и шеренгу. Повторить упражнения в равновесии. Упражнять в ходьбе гимнастическим шагом, скрестным шагом, в приседе. Упражнять в прыжках на одной ноге, беге с увертыванием.</p> <p>П/и: «Салка на одной ноге»; «Круговая лапта»</p>			
2	<p>Занятие № 4 (зал)</p> <p>Задачи. Проверить навыки в прыжках в длину с места. Учить бросать набивной мяч разными способами, перебрасывать в парах. Упражнять в ходьбе, в беге по кругу с остановкой по сигналу, в прыжках с продвижением вперед, закреплять умение ритмично влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, закреплять основные виды движений; развивать координацию движений, ловкость рук, мелкую моторику рук, ориентирование в пространстве; учить соблюдать правила игр.</p> <p>П/игра «Мы веселые ребята» Игра М/П «Кого не стало»</p> <p>Занятие № 5 (зал)</p> <p>Задачи. Проверить навыки лазания по гимнастической стенке. Закреплять умение бросать набивной мяч разными способами, перебрасывать в парах. Упражнять в ходьбе, в беге по кругу с остановкой по сигналу, в прыжках с продвижением вперед, закреплять умение ритмично влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, закреплять основные виды движений; развивать координацию движений, ловкость рук, мелкую моторику рук, ориентирование в пространстве; учить соблюдать правила игр.</p> <p>П/игра «Мы веселые ребята» Игра М/П «Кого не стало»</p> <p>Занятие № 6 (улица)</p> <p>Задачи. упражнять в построении в шеренгу. Повторить ходьбу и бег между предметами, врассыпную, с остановкой по сигналу. Упражнять в беге, прыжках на двух ногах в длину. Развивать внимание.</p> <p>П/и: «Догони свою пару»</p> <p>П/и: «Волк во рву»</p>	<p>П/игра «Мы веселые ребята» - упражнять в беге с увертыванием. Игра М/П «Кого не стало» развивать внимание, зрительную память</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в броске набивного мяча.</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями</p>
3	<p>Занятие № 7 (зал)</p> <p>Задачи. Проверить навыки в метании правой, левой рукой на дальность. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке (подтягиваясь на руках); в равновесии (ходьба по скамейке приставным шагом боком); в броске набивного мяча вперед, снизу, от груди. Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); в беге врассыпную. Развивать скоростные качества, ловкость, внимание, моторную память. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/И: «Не намочи ног» Игра М/П: «Осень наступила»</p>	<p>П/И: «Не намочи ног» - развивать ловкость, быстроту. Игра М/П: «Осень наступила» - Упражнять в ходьбе по кругу. Развивать внимание, моторную память.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ползании по гимнастической скамье на животе и спине.</p>	<p>Беседа об олимпийских чемпионах - воспитывать позитивные морально-волевые качества.</p>

	<p><u>Занятие № 8 (зал)</u> Задачи. Проверить навыки броска набивного мяча. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке (подтягиваясь на руках); в равновесии (ходьба по скамейке приставным шагом боком); в броске набивного мяча вперед, снизу, от груди. Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); в беге врассыпную. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Не намочи ног» Игра М/П: «Осень наступила»</p> <p><u>Занятие № 9 (улица)</u> Задачи. Упражнять в ходьбе приставным шагом. Упражнять в метании в цель, упражнять в прыжках. Развивать равновесие. П/и: «Охотники и звери», «Чехарда»</p>			
4	<p><u>Занятие № 10 (зал)</u> Задачи. Проверить детей на гибкость. Отрабатывать технику прыжка в высоту с места, с небольшого разбега (100 см). Упражнять в равновесии (ходьба по гимнастической скамейке неся мешочек с песком на спине); в ползании по гимнастической скамейке на животе и на спине. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Яблоки, груши и сливы» Игра М/П: «Огород»</p> <p><u>Занятие № 11 (зал)</u> Задачи. Отрабатывать технику прыжка в высоту с места, с небольшого разбега (100 см). Упражнять в равновесии (ходьба по гимнастической скамейке неся мешочек с песком на спине); в ползании по гимнастической скамейке на животе и на спине. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/И: «Яблоки, груши и сливы» Игра М/П: «Огород»</p> <p><u>Занятие № 12 (улица)</u> Задачи. Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках, повторить задания с мячом, развивать ловкость и глазомер. П/и: «Чья пара дальше всех» И/у: «Кого называли тот ловит мяч» И/у: «Через бревно»</p>	<p>П/И: «Яблоки, груши и сливы» - развивать скоростные качества, внимание и быстроту реакции. Игра М/П: «Огород» - Развивать ориентировку в пространстве, зрительную память. Воспитывать выдержку.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в прыжках до предмета с разбега.</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>

<p>5</p>	<p>Занятие № 13 (зал) Задачи. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по скамейке с хлопком под вытянутой вперед ногой. Отрабатывать технику прыжка в высоту с разбега. Упражнять в броске набивного мяча разными способами и перебрасывание его в парах; в беге врассыпную; Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Развивать внимание, ориентировку в пространстве; ловкость, равновесие, быстроту реакции; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Ловишки на одной ноге» Игра МП «Пустое место».</p> <p>Занятие № 14 (зал) Задачи. Продолжать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по скамейке с хлопком под вытянутой вперед ногой. Отрабатывать технику прыжка в высоту с разбега. Упражнять в броске набивного мяча разными способами и перебрасывание его в парах; в беге врассыпную; Развивать внимание, ориентировку в пространстве; ловкость, равновесие, быстроту реакции; согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Ловишки на одной ноге» Игра МП «Пустое место».</p> <p>Занятие № 15 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе с заданиями для рук, беге спиной вперед. Упражнять в лазании, прыжках. Развивать глазомер. П/и: Заполни ямку», «Лиса в курятнике»</p>	<p>П/и: «Ловишки на одной ноге» Игра МП «Пустое место». Развивать ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу; ловкость; координацию движений, скоростные качества.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе по ограниченной площади опоры с заданием.</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать мотив укрепления здоровья.</p>
<p>6</p>	<p>Занятие № 16 (зал) Задачи. Отрабатывать умение отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и спине, в прыжках до предмета с небольшого разбега, в беге врассыпную. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать командное чувство. П/игра: «Найди свое дерево». ИМП «Назови дерево».</p> <p>Занятие № 17 (зал) Задачи. Закреплять умение отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и спине, в прыжках до предмета с небольшого разбега, в беге врассыпную. Развивать ловкость, скоростные качества, внимание, умение согласовывать движения с текстом, память; мышечную силу, ловкость, выносливость. формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать командное чувство. П/игра: «Найди свое дерево». ИМП «Назови дерево».</p>	<p>П/игра: «Найди свое дерево» - упражнять в ориентировке в пространстве, в построении в колонну по своим местам. ИМП «Назови дерево» - упражнять в ходьбе по кругу, закреплять знание деревьев.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ведении мяча одной рукой на месте и в движении</p>	<p>Беседа с ребенком на тему «Ты то, что ты ешь...» - Расширять знания ребенка о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.</p>

	<p>Занятие № 18 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе выпадами, в приседе, беге «змейкой». Упражнять в лазании, метании вдаль. Развивать глазомер, выносливость, ловкость. П/и: Медведь и пчелы», «Кто бросит выше»</p>			
7	<p>Занятие № 19 (зал) Задачи. Отрабатывать умения ползать под дугами, веревками с опорой на предплечья, ноги вместе. Закреплять умение отбивать мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. Отрабатывать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по скамейке с хлопком под вытянутой вперед ногой. Выполнять упражнения с флажками; учить преодолевать двигательные трудности; развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции. П/ игра «Растяпа» ИМП: «Колеса»</p> <p>Занятие № 20 (зал) Задачи. Закреплять умения ползать под дугами, веревками с опорой на предплечья, ноги вместе. Закреплять умение отбивать мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед. Отрабатывать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по скамейке с хлопком под вытянутой вперед ногой. Выполнять упражнения с флажками; учить преодолевать двигательные трудности; развивать ловкость, координацию движений, укреплять мышцы кистей рук. П/ игра «Растяпа» ИМП: «Колеса»</p> <p>Занятие № 21 (улица) Задачи. Упражнять в ходьбе приставным шагом, беге с одновременным отбиванием мяча. Упражнять в метании в цель. Развивать глазомер, выносливость, скоростные качества. П/и: «Попади», «Палочка выручалочка»</p>	<p>П/ игра «Растяпа» - развивать быстроту реакции, внимание, ловкость. ИМП: «Колеса» - упражнять в ходьбе по кругу с дополнительными заданиями, в умении действовать по сигналу.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля ползания под дугами</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистюль» - привитие стойких культурно - гигиенических навыков.</p>
8	<p>Занятие № 22 (зал) Задачи. Учить прыжкам боком с зажатым между ног мешочком (набивным мячом). Закреплять в ползании под дугами, веревками с опорой на руки, в ходьбе по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги с хлопком под ней. Закреплять умения выполнять, основные виды движений осознанно, быстро и ловко, выполнять упражнения поточно; учить преодолевать двигательные трудности, развивать ловкость, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук. Воспитывать выдержку. П/и: «Двое в одном обруче» ИМП: «Деревья и птицы»</p> <p>Занятие № 23 (зал) Задачи. Отрабатывать прыжки боком с зажатым между ног мешочком (набивным мячом). Закреплять в ползании под дугами, веревками с опорой на руки, в ходьбе</p>	<p>П/и: «Двое в одном обруче» ИМП: «Деревья и птицы» Упражнять в беге, умении действовать по сигналу, соотносить движение с текстом. Развивать ловкость, быстроту реакций.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в прыжках через линию, веревку, боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мя-</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>

	<p>по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги с хлопком под ней. Закреплять умения выполнять, основные виды движений осознанно, быстро и ловко, выполнять упражнения поточно; развивать координацию движений, внимание, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/и: «Двое в одном обруче» ИМП: «Деревья и птицы»</p> <p>Занятие № 24 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе парами, беге через препятствия, челночном беге. Учить отбивать мяч ногой в парах. Развивать выносливость, силу, внимание.</p> <p>И/у: «Кто впереди», И/у: «В парах»</p>		чом (0,5 кг);	
9	<p>Занятие № 25 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать умение ходить по гимнастической скамье перешагивая через набивные мячи. Упражнять в прыжках боком, в отбивании мяча одной рукой на месте и в движении. Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе поточно; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие.</p> <p>П/и: «Бегущий светофор» ИМП: «Передай жезл»</p> <p>Занятие № 26 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать умение ходить по канату прямо и боком. Упражнять в прыжках боком, в отбивании мяча одной рукой на месте и в движении. Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе поточно; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие.</p> <p>П/и: «Бегущий светофор» ИМП: «Передай жезл»</p> <p>Занятие № 27 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе с заданиями для рук, беге спиной вперед. Упражнять в лазании, прыжках. Развивать глазомер.</p> <p>П/и: «Ударь точно», «Бабочки, лягушки, цапли»</p>	<p>П/и: «Бегущий светофор» - развивать умение действовать по сигналу ведущего.</p> <p>ИМП: «Передай жезл» закреплять правила дорожного движения</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ходьбе по канату, по ограниченной площади опоры с перешагиванием через предметы.</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать мотив укрепления здоровья</p>
10	<p>Занятие № 28 (зал)</p> <p>Задачи. Учить перебрасывать мяч в парах во время ходьбы и бега. Упражнять в прыжках боком через линию, в ползании с опорой на руки. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/ игра «Горелки с Петрушкой» ИМП: «Подарки тетушки»</p>	<p>П/ игра «Горелки с Петрушкой» - упражнять в беге наперегонки, развивать ловкость, быстроту.</p> <p>ИМП: «Подарки тетушки» - упражнять в умении изображать</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля упражнениях с мячом.</p>	<p>Беседа об олимпийских чемпионах - воспитывать позитивные морально-волевые качества</p>

	<p>Занятие № 29 (зал) Задачи. Отрабатывать умение перебрасывать мяч в парах во время ходьбы и бега. Упражнять в прыжках боком через линию, в ползании с опорой на руки. Развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. П/ игра «Горелки с Петрушкой» ИМП: «Подарки тетушки»</p> <p>Занятие № 30 (улица) Задачи. Упражнять в перестроении в две колонны на месте. Упражнять в отбивании мяча ногой в цель. Развивать глазомер, равновесие. П/и: «Жеребята» ИМП: «Мяч в кругу», «Каких листьев больше»</p>	<p>движения животных и птиц и т.д. развивать воображение.</p>		
11	<p>Занятие № 31 (зал) Задачи. Учить лазанию по гимнастической лестнице быстро без остановки. Закреплять умение перебрасывать мяч в парах в движении, в ходьбе по скамье, перешагивая через набивные мячи, ходьбе по канату. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; Развивать физические и волевые качества, мышечную силу; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Мышеловка» ИМП: «Угадай эмоцию»</p> <p>Занятие № 32 (зал) Задачи. Отрабатывать лазание по гимнастической лестнице быстро без остановки. Закреплять умение перебрасывать мяч в парах в движении, в ходьбе по скамье, перешагивая через набивные мячи, ходьбе по канату. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой; Развивать ловкость, быстроту движений, формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Мышеловка» ИМП: «Угадай эмоцию»</p> <p>Занятие № 33 (улица) Задачи. Упражнять в беге «змейкой», ходьбе с высоким подниманием колен. Упражнять в отбивании мяча ногой; в прыжках в длину с места. П/и: Прыгаем по кругу»; И/у: «Лесное троеборье»</p>	<p>П/и: «Мышеловка» Развивать быстроту реакции, выдержку ИМП: «Угадай эмоцию» Упражнять в умении распознавать эмоцию товарищей.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля лазания по лестнице.</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>
12	<p>Занятие № 34 (зал) Задачи. Учить расчету на «первый – третий», последовательным прыжкам через набивные мячи. Упражнять в лазании по гимнастической стенке, в сохранении равновесия при ходьбе по скамье и канату. Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через набивные мячи; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p>	<p>П/и: «Скворечники» - упражнять в беге враспынную, в умении по сигналу занять свое место. ИМП: «Угадай ка» - закрепить знание о</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в последовательных прыжках че-</p>	<p>Рассматривание иллюстраций на тему «Здоровый образ жизни» - формировать мотив укрепле-</p>

	<p>Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; П/и: «Скворечники» ИМП: «Угадай - ка» Занятие № 35 (зал) Задачи. Учить последовательным прыжкам через набивные мячи. Упражнять в лазании по гимнастической стенке, в сохранении равновесия при ходьбе по скамье и канату. Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, на сохранение равновесия; упражнять в прыжках через набивные мячи; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; П/и: «Скворечники» ИМП: «Угадай - ка» Занятие № 36 (улица) Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим шагом. Игра «У кого меньше шагов»</p>	<p>профессиях</p>	<p>рез предметы</p>	<p>ния здоровья.</p>
<p>13</p>	<p>Занятие № 37 (зал) Задачи. Учить ходьбе по гимнастической скамье с дополнительными заданиями. Развивать координацию движений, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках; упражнять в равновесии формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать командное чувство, смелость. П/и: «Букет» ИМП: «Было у мамочки десять ребят» Занятие № 38 (зал) Задачи. Продолжать учить ходьбе по гимнастической скамье с дополнительными заданиями. Развивать координацию движений, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках; упражнять в равновесии формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать командное чувство, смелость. П/и: «Букет» ИМП: «Было у мамочки десять ребят» Занятие № 39 (улица) Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим и ступающим шагом, в поворотах на месте вокруг пяток лыж.</p>	<p>П/и: «Букет» - Упражнять в беге по сигналу. Развивать внимание, ориентировку в пространстве. ИМП: «Было у мамочки десять детей» Упражнять в умении сохранении позы по показу.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе по гимнастической скамейке – с приседанием, поворотами, прыжками.</p>	<p>Беседа с ребенком на тему «Ты то, что ты ешь...» - Расширять знания ребенка о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.</p>

14	<p><u>Занятие № 40 (зал)</u> Задачи. Учить перестроению из шеренги в колонну по три на месте. Упражнять в метании на дальность. в прыжках, лазании по лестнице. Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки; Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве; ловкость, скоростные качества; слуховое внимание. П/и: «Найди свое место» ИМП: «Чтоб здоровье сохранить»</p> <p><u>Занятие № 41 (зал)</u> Задачи. Отрабатывать перестроение из шеренги в колонну по три на месте. Упражнять в метании на дальность. в прыжках, лазании по лестнице. Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки; Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве; ловкость, скоростные качества; слуховое внимание. П/и: «Найди свое место» ИМП: «Чтоб здоровье сохранить»</p> <p><u>Занятие № 42 (улица)</u> Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим шагом попеременно на правой и левой ноге, в поворотах на месте вокруг пяток лыж. И/у: «Шире шаг»</p>	<p>П/и: «Найди свое место» - упражнять в умении находить свое место в шеренге, после бега в рассыпную. ИМП: «Чтоб здоровье сохранить» - развивать умение принимать позу по карточке - схеме.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при метании на дальность.</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистолюди» - привитие стойких культурно - гигиенических навыков.</p>
15	<p><u>Занятие № 43 (зал)</u> Задачи. Учить перестроению из шеренги в колонну по два; повороту кругом на месте. Учить переходить с пролета на пролет по диагонали при лазании по гимнастической стенке; Упражнять в метании на дальность, в ходьбе по гимнастической скамье с дополнительными заданиями. Развивать глазомер, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе. П/и: «Стоп» ИМП: «Зима - невидимка»</p> <p><u>Занятие № 44 (зал)</u> Задачи. Отрабатывать перестроение из шеренги в колонну по два; повороту кругом на месте. Учить переходить с пролета на пролет по диагонали при лазании по гимнастической стенке; Упражнять в метании на дальность, в ходьбе по гимнастической скамье с дополнительными заданиями. Развивать глазомер, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром</p>	<p>П/и: «Стоп» - упражнять в умении действовать по сигналу, принимать и сохранять статичную позу. ИМП: «Зима - невидимка» - развивать слуховое внимание, упражнять в умении подкрадываться неслышно.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при лазании по лестнице по диагонали.</p>	<p>Просмотр спортивных телепередач по лыжным гонкам – прививать интерес к зимним видам спорта.</p>

	<p>темпе. П/и: «Стоп» ИМП: «Зима - невидимка»</p> <p>Занятие № 45 (улица) Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим шагом, в поворотах переступанием в обе стороны на месте.</p>			
16	<p>Занятие № 46 (зал) Задачи. Учить прыжкам в высоту с разбега. Упражнять в лазании по гимнастической стенке по диагонали. Развивать ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Ловля оленей» ИМП: «Хейро»</p> <p>Занятие № 47 (зал) Задачи. Отрабатывать прыжки в высоту с разбега. Упражнять в лазании по гимнастической стенке по диагонали. Развивать ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Ловля оленей» ИМП: «Хейро»</p> <p>Занятие № 48 (улица) Задачи. Учить держать клюшку, вести шайбу клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы. Развивать координацию движений. И/у: «Загони шайбу в ворота» И/у: «Хоккеист»</p>	<p>П/и: «Ловля оленей» ИМП: «Хейро» Упражнять в беге с увертыванием, ходьбе по кругу. Развивать ловкость, умение действовать слаженно, дружно.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в прыжках в высоту с разбега.</p>	<p>Посещение спортивных мероприятий в СК города - формировать интерес к физкультуре и спорту,</p>
17	<p>Занятие № 49 (зал) Задачи. Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамье с дополнительными заданиями с мячом. Отрабатывать навыки метания на дальность, помочь в преодолении двигательных трудностей при выполнении прыжков в высоту с разбега. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Мороз – красный нос» ИМП: «Не урони снежки»</p> <p>Занятие № 50 (зал) Задачи. Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамье с дополнительными заданиями с мячом. Отрабатывать навыки метания на дальность, помочь в преодолении двигательных трудностей при выполнении</p>	<p>П/и: «Мороз – красный нос» - упражнять в беге с увертыванием, умения действовать по сигналу. ИМП: «Не урони снежки» - развивать ловкость, моторику рук.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе по скамье с упражнениями с мячом.</p>	<p>Посещение спортивных мероприятий в СК города - формировать интерес к физкультуре и спорту,</p>

	<p>прыжков в высоту с разбега. Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве; скоростные качества, память, быстроту реакции. Воспитывать смелость.</p> <p>П/и: «Мороз – красный нос» ИМП: «Не урони снежки»</p> <p>Занятие № 51 (улица)</p> <p>Задачи. Учить держать клюшку, вести шайбу клюшкой, не отрывая клюшку от шайбы Упражнять в ходьбе приставным шагом боком; в метании снежков на дальность. Развивать скоростные качества, внимание, глазомер.</p> <p>И/у: «Хоккеист»; П/и: «Ловишки парами»</p>			
18	<p>Занятие № 52 (зал)</p> <p>Задачи. Учить технике броска и ловли мяча разными способами. Отрабатывать навыки лазания по лестнице и выполнения прыжков в высоту с разбега. Отрабатывать перестроение из шеренги в колонну по одному; перестроение в два круга; поворот направо в движении. Развивать силу, ловкость, глазомер; координацию движений, умение согласовывать движения с текстом.</p> <p>П/и: «Новогодние шары» ИМП: «Колокольчик»</p> <p>Занятие № 53 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать технику броска и ловли мяча разными способами. Отрабатывать навыки лазания по лестнице и выполнения прыжков в высоту с разбега. Отрабатывать перестроение из шеренги в колонну по одному; перестроение в два круга; поворот направо в движении. Развивать силу, ловкость, глазомер; умение двигаться шеренгой.</p> <p>П/и: «Новогодние шары» ИМП: «Колокольчик»</p> <p>Занятие № 54 (улица)</p> <p>Задачи. Учить обводить клюшкой шайбу вокруг предметов и между ними. Упражнять в беге парами. Развивать координацию движений. Развивать скоростные качества, внимание.</p> <p>П/и: «Два Мороза», И/у: Сбей кеглю»</p>	<p>П/и: «Новогодние шары» - упражнять в метании в цель.</p> <p>ИМП: «Колокольчик» - развивать слуховое внимание.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля передаче мяча разными способами, броске и ловле с отскоком о стену, об пол.</p>	<p>Чтение стихов, сказок, рассказов о здоровом образе жизни - формировать привычку к здоровому образу жизни</p>
19	<p>Занятие № 55 (зал)</p> <p>Задачи: Учить влезать на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног. Отрабатывать перестроение из шеренги в колонну по одному; перестроение в два круга; поворот направо в движении. Упражнять в передаче мяча разными способами; упражнять в равновесии, в метании, в лазании.</p> <p>П/и: «Заря» ИМП: «Баба Яга»</p> <p>Занятие № 56 (зал)</p> <p>Задачи: Отрабатывать умение влезать на лестницу и спускаться с нее быстро; менять</p>	<p>П/и: «Заря» - упражнять в беге наперегонки по кругу.</p> <p>ИМП: «Баба Яга» - учить действовать по сигналу, развивать умение принимать статичную позу.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля лазания по гимнастической стенке.</p>	<p>Загадывание загадок по ЗОЖ - формировать привычку к здоровому образу жизни.</p>

	<p>темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног. Упражнять в передаче мяча разными способами ; упражнять в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать ловкость движений, силу, быстроту реакции. Воспитывать выдержку.</p> <p>П/и: «Заря» ИМП: «Баба Яга»</p> <p>Задание №57 (улица)</p> <p>Задачи. Учить обводить клюшкой шайбу вокруг предметов. Упражнять в метании в цель. Развивать глазомер, ловкость, координацию движений, скоростные качества.</p> <p>П/И: «Перебежки со снежинками»</p> <p>И/у: «Чья команда быстрее переберется через болото»</p>			
20	<p>Занятие № 58 (зал)</p> <p>Задачи. Учить прыжкам на батуте с разбега. Отрабатывать перестроение из шеренги в колонну по одному; перестроение в два круга; поворот направо в движении. Упражнять в лазании по гимнастической стенке, в ходьбе по скамье с одновременным выполнением упражнений с мячом. Развивать силу, выносливость, равновесие, координацию движений; ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу; ловкость; скоростные качества; слуховое внимание, умение согласовывать действия с текстом.</p> <p>П/и: «Вдвоем в одном обруче», ИМП: «Тик - так»</p> <p>Занятие № 59 (зал)</p> <p>Задачи. Продолжать учить прыжкам на батуте. Отрабатывать перестроение из шеренги в колонну по одному; перестроение в два круга; поворот направо в движении. Упражнять в лазании по гимнастической стенке, в ходьбе по скамье с одновременным выполнением упражнений с мячом. Развивать силу, выносливость, равновесие, координацию движений; ориентировку в пространстве, умение выполнять движения по сигналу.</p> <p>П/и: «Вдвоем в одном обруче», ИМП: «Тик - так»</p> <p>Занятие № 60 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в метании в цель (кольцеброс). Упражнять в пролезании парой; в равновесии. Развивать глазомер, ловкость. Воспитывать умение работать в паре.</p> <p>И/у: «Кольцеброс»</p> <p>И/у: «След в след»</p>	<p>П/и: «Вдвоем в одном обруче»</p> <p>Упражнять в беге, умении занять место по сигналу.</p> <p>Развивать внимание, быстроту.</p> <p>ИМП: «Тик-так»</p> <p>Развивать слуховую память, внимание.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при прыжках на батуте.</p>	<p>Рассматривание книг, иллюстраций по КГН - прививать стойкие культурно - гигиенические навыки.</p>

<p>21</p>	<p><u>Занятие № 61 (зал)</u> Задачи. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по веревке с приставлением пятки одной ноги к пальцем другой. Закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать на батуте, бросать и ловить мяч; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. П/и: «Снежная королева» ИМП: «Оттолкни мяч»</p> <p><u>Занятие № 62 (зал)</u> Задачи. Закреплять ходьбу по веревке с приставлением пятки одной ноги к пальцем другой. Закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать на батуте, бросать и ловить мяч; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. П/и: «Снежная королева» ИМП: «Оттолкни мяч»</p> <p><u>Занятие № 63 (улица)</u> Задачи. Упражнять в прыжках. Упражнять ходьбе с высоким подниманием колена; в равновесии. П/и: Мы веселые ребята И/у: «Спортивные лошадки» И/у: «След в след»</p>	<p>П/и: «Снежная королева» ИМП: «Оттолкни мяч» Упражнять в беге с увертыванием, в умении владеть мячом. Развивать силу, ловкость, выносливость.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе приставным шагом по веревке.</p>	<p>Беседа об олимпийских чемпионах - воспитывать позитивные морально-волевые качества.</p>
<p>22</p>	<p><u>Занятие № 64 (зал)</u> Задачи. Учить бросать мяч через волейбольную сетка в парах. Упражнять в прыжках на батуте; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, лазать гимнастической стенке. Развивать зрительное восприятие, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. П/и: «Мяч капитану» ИМП: «Заводила»</p> <p><u>Занятие № 64 (зал)</u> Задачи. Продолжать отрабатывать умение бросать мяч через волейбольную сетка в парах. Упражнять в прыжках на батуте; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, лазать гимнастической стенке. Развивать зрительное восприятие, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. П/и: «Мяч капитану» ИМП: «Заводила»</p> <p><u>Занятие №66 (улица)</u></p>	<p>П/и: «Мяч капитану» Упражнять в передаче мяча над головой. Развивать ловкость. ИМП: «Заводила» Развивать внимание и смекалку.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в броске мяча через сетку.</p>	<p>Беседа о честной спортивной борьбе, радости выигрыша и достойного проигрыша - воспитывать позитивные морально-волевые качества.</p>

	<p>Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим шагом, в выполнении боковых шагов вправо и влево.</p>			
23	<p>Занятие №67 (зал) Задачи. Учить лазать по веревочной лестнице. Отрабатывать бросок мяча через волейбольную сетку в парах. Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения с мячом; укреплять мышцы кистей рук, стоп; развивать двигательные навыки в равновесии; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях. Воспитывать умение действовать в команде. П/и: «Выше ноги от земли» ИМП: «Угадай по голосу»</p> <p>Занятие №68 (зал) Задачи. Отрабатывать умение лазать по веревочной лестнице. Отрабатывать бросок мяча через волейбольную сетку в парах. Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения с мячом; укреплять мышцы кистей рук, стоп; развивать двигательные навыки в равновесии; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать её в соревнованиях. Воспитывать умение действовать в команде. П/и: «Выше ноги от земли» ИМП: «Угадай по голосу»</p> <p>Занятие №69 (улица) Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим шагом, в поворотах переступанием вправо и влево вокруг пяток лыж.</p>	<p>П/и: «Выше ноги от земли» Упражнять в беге и лазании. Развивать ловкость, внимание память. ИМП: «Угадай по голосу»- развивать слуховую память.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в лазании по веревочной лестнице.</p>	<p>Участие в спортивных праздниках, посвященных Дню защитники Отечества.</p>
24	<p>Занятие №70 (зал) Задачи. Учить перестраиваться в два круга. Отрабатывать технику выполнения прыжков в длину с места и разбега. Закреплять умение лазать по веревочной лестнице, в ходьба по веревке с приставлением пятки одной ноги к пальцем другой. Укреплять мышцы кистей рук, стоп; развивать двигательные навыки в равновесии, воспитывать умение действовать в команде, формировать правильную осанку. Воспитывать выдержку П/и: «Ловкие солдаты» Игра М/П: «Конники –наездники»</p> <p>Занятие №71 (зал) Задачи. Отрабатывать перестроение в два круга, технику выполнения прыжков в длину с места и разбега. Закреплять умение лазать по веревочной лестнице, в ходьба по веревке с приставлением пятки одной ноги к пальцем другой. Укреплять мышцы кистей рук, стоп; развивать двигательные навыки в равновесии, Воспитывать умение действовать в команде, Формировать правильную осанку. Воспитывать выдержку П/и: «Ловкие солдаты» Игра М/П: «Конники –наездники»</p> <p>Занятие № 72 (улица)</p>	<p>П/и: «Ловкие солдаты» - упражнять в беге на перегонки с дополнительными заданиями. Развивать ловкость. Игра М/П: «Конники –наездники» - упражнять в ходьбе и беге по кругу разными способами.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в прыжках в длину с места и с разбега.</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>

	<p>Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах скользящим шагом; упражнять в ходьбе по лыжне «Змейкой» огибая предметы.</p>			
25	<p>Занятие №73 (зал) Задачи. Учить ходьбе через скамью скрестным шагом. Учить построение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении способом дробления и сведения. Упражнять в прыжках в длину, в броске и ловле мяча через волейбольную сетку. Развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу. формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать смелость. П/и: «Веселые мотыльки» ИМП: «Дни недели» Занятие №74 (зал) Задачи. Отрабатывать умение ходьбы через скамью скрестным шагом. Учить построение из колонны по одному в колонну по два, четыре в движении способом дробления и сведения. Упражнять в прыжках в длину, в броске и ловле мяча через волейбольную сетку. Развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу. формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать смелость. П/и: «Веселые мотыльки» ИМП: «Дни недели» Занятие №75 (улица) Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе на лыжах скользящим и ступающим шагом попеременно, в упражнениях на лыжах. Игра «Кто самый быстрый»</p>	<p>П/и: «Веселые мотыльки» - упражнять в беге с увертыванием, в беге парами. ИМП: «Дни недели» - упражнять в передачи мяча в парах, закреплять название дней недели.</p>	<p>Развитие самостоятельности при ходьбе скрестным шагом через скамью.</p>	<p>Участие в физкультурном развлечении «Супер-мама».</p>
26	<p>Занятие №76 (зал) Задачи. Учить элементам баскетбола. Закреплять прыжки в длину с места и разбега, бороться за достижение своей цели; упражнять в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, в прыжке, вести мяч; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. П/и: «Платки» ИМП: «Тюльпан» Занятие №77 (зал) Задачи. Отрабатывать элементы баскетбола. Закреплять прыжки в длину с места и разбега, бороться за достижение своей цели; упражнять в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, в прыжке, вести мяч; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие. П/и: «Платки» ИМП: «Тюльпан» Занятие № 78 (улица)</p>	<p>П/и: «Платки» - Упражнять в беге по сигналу. Развивать внимание, ориентировку в пространстве. ИМП: «Тюльпан» Упражнять в ориентировке в пространстве, развивать смекалку.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в метании в играх с мячом (элементы баскетбола).</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре .</p>

	<p>Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим шагом, в приседаниях, поворотах, в выполнении приставных шагов в право и влево.</p> <p>Игра «У кого меньше шагов».</p>			
27	<p>Занятие №79 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ползать по полу на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами с опорой на предплечье. Упражнять в ведении баскетбольного мяча, в равновесии, прыжках через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координацию и ловкость. П/и: «Зима и Весна» ИМП: «Путаница»</p> <p>Занятие №80 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать умение ползать по полу на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами с опорой на предплечье. Упражнять в ведении баскетбольного мяча, в равновесии, прыжках через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координацию и ловкость. П/и: «Зима и Весна» ИМП: «Путаница»</p> <p>Занятие № 81 (улица)</p> <p>Задачи. Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в ходьбе скользящим шагом, в поворотах на месте вокруг пяток лыж, в приседаниях.</p> <p>Игровое задание «Кто дальше проскользит?».</p>	<p>П/и: «Зима и Весна»</p> <p>Упражнять в беге с увертыванием. Развивать ловкость.</p> <p>ИМП: «Путаница»</p> <p>Закреплять представления детей о временах года и их признаках.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при ползании на животе.</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>
28	<p>Занятие №82 (зал)</p> <p>Задачи. Учить мягко подпрыгивать и правильно держать тело в прыжках через короткую скакалку. Упражнять в беге враспынную; в ползании с опорой на предплечье. Отрабатывать технику скрестной ходьбы через скамью. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Развивать равновесие, ловкость, силу, координацию движений, скоростные качества, внимание.</p> <p>П/и: «Успей выбежать» ИМП: «Что нам делать покажи»</p> <p>Занятие №83 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать навыки выполнения прыжков через короткую скакалку. Упражнять в беге враспынную; в ползании с опорой на предплечье. Отрабатывать технику скрестной ходьбы через скамью. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Развивать равновесие, ловкость, силу, координацию движений, глазомер, умение выполнять действия в соответствии с текстом, пластичность.</p> <p>П/и: «Успей выбежать» ИМП: «Что нам делать покажи»</p> <p>Занятие № 84 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в беге, прыжках с ноги на ногу, на двух ногах; прыжках в длину. Развивать скоростные качества, выносливость, внимание.</p> <p>И/у: «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте»</p>	<p>П/и: «Успей выбежать»</p> <p>Упражнять в умении быстро выбежать из круга. Развивать ловкость и быстроту</p> <p>ИМП: «Что нам делать покажи» -</p> <p>Упражнять в умении предавать в движении характер какой-либо профессии. Развивать воображение. Внимание.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в прыжках через скакалку.</p>	<p>Беседы о пользе физических упражнений - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>

	П/и: «Перебежки»			
29	<p>Занятие № 85 (зал) Задачи. Учить ходьбе по гимнастической скамье с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Отрабатывать технику ведения и броска мяча в кольцо, прыжков через короткую скакалку с продвижением . Упражнять в беге врассыпную. Развивать скоростные качества, координацию движений, ловкость, внимание, силу, глазомер. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать командное чувство. П/и: «Разноцветные планеты» ИМП: «Космический ветер»</p> <p>Занятие № 86 (зал) Задачи. Отрабатывать ходьбу по гимнастической скамье с подбрасыванием мяча и ловлей его двумя руками. Отрабатывать технику ведения и броска мяча в кольцо, прыжков через короткую скакалку с продвижением . Упражнять в беге врассыпную. Развивать скоростные качества, координацию движений, ловкость, внимание, силу, глазомер. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Разноцветные планеты» ИМП: «Космический ветер»</p> <p>Занятие № 87 (улица) Задачи. Упражнять в беге с увертыванием; метании в цель; прыжках в длину с места. Развивать скоростные качества, ловкость, глазомер, силу. И/у: «Кто попадет с самого дальнего расстояния» И/у: «Кто перепрыгнет ручеек в самом широком месте»</p>	<p>П/и: «Разноцветные планеты» Упражнять в передачи мяча, развивать ловкость. ИМП: «Космический ветер» Упражнять в принятии статичной позы, развивать воображение.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в ходьбе по скамье с отбиванием мяча об пол.</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься физическими упражнениями.</p>
30	<p>Занятие № 88 (зал) Задачи. Учить метению в движущую цель. Упражнять в прыжках через короткую скакалку, в ползании, в беге врассыпную. Быстро и ловко, выполнять упражнения с гимнастической палкой. Развивать ориентировку в пространстве, память, воображение. силу, ловкость, координацию движений, глазомер. Проверить навыки в метании правой, левой рукой на дальность. П/и: «Невод и золотые рубки» ИМП: «Подскажи словечко»</p> <p>Занятие № 89 (зал) Задачи. Закреплять умение метению в движущую цель. Упражнять в прыжках через короткую скакалку, в ползании, в беге врассыпную. Быстро и ловко, выполнять упражнения с гимнастической палкой. Развивать ориентировку в пространстве, память, воображение. силу, ловкость, координацию движений, глазомер. Проверить навыки выполнения прыжка в длину с места. П/и: «Невод и золотые рубки» ИМП: «Подскажи словечко»</p>	<p>П/и: «Невод и золотые рыбки» - развивать ловкость, внимание. ИМП: «Подскажи словечко» - упражнять в ловле мяча, закреплять знание сказок.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля метания в цель.</p>	<p>Рассматривание иллюстраций о разных видах спорта - Закреплять знания о видах спорта, развивать воображение.</p>

	<p><u>Занятие № 90 (улица)</u> Задачи. Упражнять в метании, беге. Развивать глазомер, координацию движений. И/у: «Попади в лунку» И/у: «Чей мяч приземлится дальше»</p>			
31	<p><u>Занятие № 91 (зал)</u> Задачи. Учить пролезать в катящийся обруч. Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамье, в метании в цель. Быстро и ловко, выполнять упражнения с гимнастической палкой. Развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции, силу, равновесие. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Проверить детей на гибкость. П/и: «Потуши пожар» ИМП: «Ловушка»</p> <p><u>Занятие № 92 (зал)</u> Задачи. Учить пролезать в катящийся обруч. Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамье, в метании в цель. Развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции, силу, равновесие. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Проверить у детей навыки челночного бега. П/и: «Потуши пожар» ИМП: «Ловушка»</p> <p><u>Занятие №93 (улица)</u> Задачи. Упражнять в подлезании, подпрыгивании, сохранении устойчивого равновесия на ограниченной площади опоры. Упражнять в отбивании мяча о землю одной рукой; бросании и ловле мяча двумя руками разными способами. Развивать ловкость, равновесие, координацию движений. И/у: «Кто дольше не потеряет мяч» Игра-эстафета «За мячом»</p>	<p>П/и: «Потуши пожар» упражнять в беге змейкой, пролезании. ИМП: «Ловушка» Развивать внимание, выдержку, упражнять в прыжках.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля в пролезании в обруч.</p>	<p>Беседа с ребенком на тему «Ты то, что ты ешь...» - Расширять знания ребенка о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.</p>
32	<p><u>Занятие № 94 (зал)</u> Задачи. Учить в прыжке через скамейку («Джигитовка») переносить одновременно две ноги. Упражнять в равновесии; в пролезании в катящийся обруч. Развивать равновесие, координацию движений, глазомер; умение выполнять движения по сигналу, умение работать в команде. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. П/и: «Юрта» ИМП: «Тихо - громко»</p> <p><u>Занятие № 95 (зал)</u> Задачи. Отработать умение выполнять прыжки через скамейку («Джигитовка») переносить одновременно две ноги. Упражнять в равновесии; в пролезании в катящийся обруч. Развивать равновесие, координацию движений, глазомер; умение</p>	<p>П/и: «Юрта» Упражнять в умении действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве. Развивать быстроту ловкость. ИМП: «Тихо - громко» развивать слуховой внимание.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при выполнении прыжков через скамью.</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистолю» - привитие стойких культурно – гигиенич. навыков.</p>

	<p>выполнять движения по сигналу, умение работать в команде. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы.</p> <p>П/и: «Юрта» ИМП: «Тихо - громко»</p> <p>Занятие № 96 (улица)</p> <p>Задачи: Упражнять в ходьбе, непрерывном беге; сохранении равновесия; бросании и ловле мяча; прыжках. Развивать выносливость, равновесие, ловкость.</p> <p>И/у: «По бревну»</p> <p>И/у: «Школа мяча»</p> <p>И/у: «Через бревно»</p>			
33	<p>Занятие № 97 (зал)</p> <p>Задачи. Учить ходьбе по гимнастической скамье с отбиванием мяча об пол. Закреплять умение перестраиваться из шеренги в колонну по одному, из шеренги в колонну по два, выполнять поворот налево в движении. Упражнять в прыжках через скамью; в метании в движущуюся цель; в беге с увертыванием. Развивать двигательные навыки в равновесии; двигательные навыки при выполнении движений поточно, координацию движений, внимание, ловкость, скоростные качества, внимание</p> <p>П/и: «Салют» Игра М/П: ИМП: «Самый внимательный»</p> <p>Занятие № 98 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать технику ходьбы по гимнастической скамье с отбиванием мяча об пол. Закреплять умение перестраиваться из шеренги в колонну по одному, из шеренги в колонну по два, выполнять поворот налево в движении. Упражнять в прыжках через скамью; в метании в движущуюся цель; в беге с увертыванием. Развивать двигательные навыки в равновесии; двигательные навыки при выполнении движений поточно, координацию движений, внимание, ловкость, скоростные качества, внимание</p> <p>П/и: «Салют» Игра М/П: ИМП: «Самый внимательный»</p> <p>Занятие №99 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе, непрерывном беге; сохранении равновесия; бросании и ловле мяча; прыжках. Развивать выносливость, равновесие, ловкость.</p> <p>И/у: «По бревну»</p> <p>П/и: «Лесное троеборье»</p>	<p>П/и: «Салют»</p> <p>Упражнять в умении действовать по сигналу. Развивать быстроту ловкость.</p> <p>ИМП: «Самый внимательный» развивать зрительную память.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля</p> <p>ходьбе по скамье с заданием с мячом.</p>	<p>Практический пример в уходе за чистотой лица и рук «Семья чистюль» - привитие стойких культурно - гигиенических навыков.</p>
34	<p>Занятие № 100 (зал)</p> <p>Задачи. Учить технике метания мяча одной рукой от плеча вдаль; Закреплять технику пролезание в катящийся обруч, в прыжков через скамью. Развивать силу, скоростные качества, координацию движений, глазомер; ориентировку в про-</p>	<p>П/и: «Найди свое место» - упражнять в умении находить свое место в шеренге, по-</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при</p>	<p>Беседа об олимпийских чемпионах - воспитывать</p>

	<p>странстве, внимание. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать умение действовать в команде.</p> <p>П/и: «Найди свое место» ИМП: «Чтоб здоровье сохранить»</p> <p>Занятие № 101 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать технику метания мяча одной рукой от плеча вдаль; Закреплять технику пролезание в катящийся обруч, в прыжков через скамью. Развивать силу, скоростные качества, координацию движений, глазомер; ориентировку в пространстве, внимание. Развивать согласованность движения рук и ног, равновесие; формировать правильную осанку, укреплять свод стопы. Воспитывать умение действовать в команде.</p> <p>П/и: «Найди свое место» ИМП: «Чтоб здоровье сохранить»</p> <p>Занятие № 102 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе, беге. Отрабатывать технику броска и ловли мяча в паре. Упражнять в прыжках через короткую скакалку на месте.</p> <p>П/и: «Чехарда»; И/у: Школа мяча»</p>	<p>сле бега в рассыпную. ИМП: «Чтоб здоровье сохранить» - развивать умение принимать позу по карточке - схеме.</p>	<p>метании мяча одной рукой от плеча.</p>	<p>позитивные морально-волевые качества.</p>
35	<p>Занятие № 103 (зал)</p> <p>Задачи. Отрабатывать технику лазания по гимнастической стенке в быстром темпе, Закреплять технику метания мяча вдаль от плеча. Упражнять в равновесии; в беге в рассыпную. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Развивать внимание, ориентировку в пространстве; ловкость, быстроту реакции, скоростные качества, силу, глазомер, координацию движений.</p> <p>П/и: «Птицы и пугало» ИМП: «Поле пройдем»</p> <p>Занятие № 104 (зал)</p> <p>Задачи. Закреплять технику лазания по гимнастической стенке в быстром темпе, Закреплять технику метания мяча вдаль от плеча. Упражнять в равновесии; в беге в рассыпную. Закреплять умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой.</p> <p>П/и: «Птицы и пугало» ИМП: «Поле пройдем»</p> <p>Занятие № 105 (улица)</p> <p>Задачи. Упражнять в ходьбе, беге. Отрабатывать технику броска и ловли мяча в паре. Упражнять в прыжках через короткую скакалку с продвижением.</p> <p>П/и: «Горелки»; «Дружно все вместе»</p>	<p>П/и: «Птицы и пугало» Упражнять в беге с увертыванием, развивать ловкость.</p> <p>ИМП: «Поле пройдем»</p> <p>Упражнять в умении принимать и сохранять позу по сигналу.</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля лазания по лестнице</p>	<p>Совместный просмотр спортивных программ - формировать интерес к физкультуре.</p>
36	<p>Занятие №106 (зал)</p> <p>Задачи. Учить прыжкам через большой обруч. Упражнять в лазании по гимнастической стенке в разном темпе; в ходьбе по скамье с отбивание мяча об пол. Развивать двигательные навыки в равновесии. двигательные навыки в лазании по</p>	<p>П/и: «Перемена» упражнять в беге, прыжках,</p> <p>ИМП: «Замечатель-</p>	<p>Развитие самостоятельности и самоконтроля при</p>	<p>Семейные соревнования «Кто чемпион – папа, мама</p>

<p>гимнастической стенке; координацию движений, внимание, ловкость, скоростные качества; моторную память. П/и: «Перемена» ИМП: «Замечательный класс» <u>Занятие № 107 (зал)</u> Задачи. Отрабатывать прыжки через большой обруч. Упражнять в лазании по гимнастической стенке в разном темпе; в ходьбе по скамье с отбивание мяча об пол; в беге с увертыванием. Развивать двигательные навыки в лазании по гимнастической стенке; координацию движений, внимание, ловкость, скоростные качества; моторную память. П/и: «Перемена» ИМП: «Замечательный класс» <u>Занятие № 108 (улица)</u> Задачи. Упражнять в ходьбе, беге. Отрабатывать технику броска и ловли мяча в паре. Упражнять в прыжках через короткую скакалку . П/и: «Лиса в курятнике» Игра – эстафета «водоносы»</p>	<p>ный класс» Развивать внимание, выдержку, умение действовать по звуковому сигналу</p>	<p>выполнении прыжков через обруч.</p>	<p>или я?» - развивать двигательные (физические) качества.</p>
---	--	--	--

**Перспективный план работы с детьми с тяжелыми нарушениями речи для детей
от 5 до 6 лет**

неделя	Тема	Коррекция речи	Цель	Коррекция движений	Цель	Подвижная игра
1	До свиданье лето	Речёвка: По утрам зарядку делай, будешь сильным, будешь смелым. Здоровье в по- рядке? Спасибо зарядке.	Чётко проговаривать речёвку, стоя на ме- сте, шагая на месте, проговаривая в ритме шага. Проговаривать в такт со всеми детьми.	Построение в шеренгу по 1, в колонну по 1, пе- рестроение в колонну по 2,3.	Уметь действовать по сигналу, по порядку, развивать ориенти- ровку в пространстве.	«Ловишка с хво- стиком» ИМП «Дни не- дели»
2	До свиданье лето	Чистоговорка: Чудеса на свете: стали карликами дети, а потом мы дружно встали, вели- канами мы стали.	Проговаривать со- гласно движениям: сед на корточки, под- няться вверх на но- сочки, вытянув руки вверх.	Ходьба и бег в разном темпе (медленный, сред- ний, быстрый), в разных направлениях, в разных видах (согласно схем - модулей).	Менять темп движе- ния согласно громко- сти музыки, направ- ление – по сигналу, указанию.	«С поля с моря» ИМП «Путани- ца»
3	Осень	Дыхательная гимнасти- ка. «Водокачка» - глубокий вдох, стоя, руки по швам, на выдохе накло- ны в стороны, скользя руками по швам, произ- носить слова: кач-кач- кач.	Регулировать глубо- кий вдох, на ступень- чатом выдохе прого- варивать слова, звуки, одновременно накло- няясь влево, затем вправо.	Игра на внимание «Све- тофор» Жёлтый - хлопать, зелё- ный – топать, Красный – «Ура!» кри- чать. Жёлтый – мяч на месте отбивать, красный – в стойке баскетболиста стоять, зелёный – вести мяч.	Развивать внимание, закреплять цвета све- тофора, знать правила дорожного движения, сопоставлять свои действия с цветовым сигналом. Развивать мелкую моторику пальцев.	«Улетают жу- равли», ИМП «Осенний букет»

4	Осень (Одежда и обувь)	Игра на дыхание: Носом вдох, выдох ртом. Дышите глубже, а потом Марш на месте, не спе- ша, Как погода хороша!	Дышать после прого- варивания слов, со- гласовывать слова и движения.	Игры с малыми мячами: жонглирование, круго- вые движения пальцами, метание вдаль, в гори- зонтальную и вертикаль- ную цель.	Развивать мышцы ки- стей, пальцев, глазо- мер, навыки замаха, броска, прививать правильный навык исходного положения.	«Чтоб купили в магазине» ИМП «Чтоб не мерзнуть нико- гда»
5	Мир растений	Жеребьёвка: Белую берёзу или крас- ную сосну?	Проговаривать слова, иметь представление о разных деревьях, выбирать по вкусу.	Психогимнастика: «Мяч и насос» - один ребёнок накачивает со звуком «ш», другой надувается. При спуска- нии звук «ш»	Регулировать частоту сердечных сокраще- ний в разной нагрузке и разгрузке с помо- щью психогимнасти- ки.	«Деревья осе- нью» ИМП «Назови дерево»
6	Мир растений (Овощи)	Пальчиковая гимнасти- ка: «замок-забор» - сцеп- ленные пальцы в замок, вывернуть наоборот в забор.	Проговаривать звук «з» в словах, одно- временно развивая пальчиковую мотори- ку.	Игры на внимание: «Летает – не летает» «Угадай, кто позвал?» «Запретное движение»	Регулировать частоту сердечных сокраще- ний в разной нагрузке и разгрузке с помо- щью познавательных спокойных игр	«Репка», ИМП «Огород»
7	Мир растений (Фрук- ты)	Речёвка: Нам лениться не годится, Помните, ребята. Даже звери, даже птицы Делают зарядку.	Чётко проговаривать речёвку, стоя на ме- сте, шагая на месте, в ходьбе, проговаривая в ритме шага. Прого- варивать в такт со всеми детьми.	Построение в рассыпную, по «светофорам».	Ориентироваться в пространстве.	«Посади и собе- ри урожай» ИМП «Съедоб- ное – несъедоб- ное»
8	Лес. Рас- титель- ность леса, грибы.	Считалка: Шла ворона через поле, Шесть грибов несла в подоле – сыроежку, бо- ровик, подосиновик. Груздь, опёнок, шампи- ньон, кто не видел – выйди вон.	Проговаривать каждое слово при счёте каж- дого человека, прого- варивать чётко слова, звуки.	Ходьба и бег в рассып- ную в игре «найди свою пару»	Действовать по сигнала, ориентироваться в пространстве.	«По грибы». ИМП «Мухо- мор»
9	Поздняя осень	Игра на дыхание: «Надуй шарик» - диа- фрагмальное дыхание на вдох – надуть живот,	Проговаривать каждое слово при счёте каж- дого человека, прого- варивать чётко слова,	Массаж стоп + босохож- дение (ребристая дорож- ка, массажер, травка, пуговицы, палочки)	Профилактика плос- костопия, простудных заболеваний, оздоров- ление через раздраже-	«Не промочи ног» ИМП «Осенние листочки»

		на выдох – втянуть живот.	звуки.		ние точек стоп.	
10	В мире сказок о животных	Дыхательная гимнастика: «дыхание одной ноздрей» - одну ноздрю закрыть, другой ноздрей – вдох и выдох, затем поменять.	Развивать мелкую моторику кистей рук, пальцев, проговаривать чётко слова, звуки: «ш, к, ч, с»	Психогимнастика: «Самый ленивый поросяенок» - подражание сказочным героям, потягивание, расслабление.	Уметь расслабляться, подражать повадкам сказочных животных, передавать образ эмоциями.	«Гуси - лебеди», ИМП «Раз, два, три сказку быстро назови»
11	Мир животных (Дикие животные)	Считалка: Раз в лесу большой медведь. Громко песню начал петь. Пели вместе сним лиса, Заяц, волк – вот чудеса! Ты не решишь? Выходи, На медведя погляди!	Учить глубокому диафрагмальному дыханию для оздоровления гастропатологии, нарушений осанки, профилактики простудных заболеваний.	Творческая игра: «Весёлые жители зоопарка» - подражание движениям, повадкам диких животных: подпрыгивание вверх, лазание по лестницам, канату, ползание, прыжки.	Знать диких животных севера и юга, зоопарка, знать их повадки, движения, уметь подражать через лазание, прыжки, висы. Действовать смело, легко, творчески.	«Три пингвина» ИМП «Медвежья зарядка»
12	Мир животных (домашние животные)	Пальчиковая гимнастика: «Кошка» А у кошки ушки на макушке, чтобы лучше слышать мышь в её норшке.	С целью профилактики простудных заболеваний, глубокого дыхания, очищения дыхательных путей.	Массаж стоп + босохождение (ребристая дорожка, массажер, травка, пуговицы, палочки)	Профилактика плоскостопия, простудных заболеваний, оздоровление через раздражение точек стоп.	«Коровушка» ИМП «Шаловливые котята»
13	Мир птиц (Птицы лесные)	Пальчиковая гимнастика: «Здравствуй, пальчик» «Человечек»	Уметь здороваться парными пальцами в такт музыки. Строить из пальцев человечка, имитировать ходьбу пальцами.	Психогимнастика «Пчёлка кусается»	Быстро реагировать на касания пчёлки – игрушки к ногам, рукам, спине и т. д.	«Десять птичек – стайка», ИМП «Летает – не летает»

14	Зима	Речёвка: Пусть летят к нам в комнату все снежинки белые, нам совсем не холодно. Мы зарядку делаем.	Чётко проговаривать речёвку, стоя на месте, шагая на месте, в ходьбе, проговаривая в ритме шага. Проговаривать в такт со всеми детьми.	Музыкально – ритмическая гимнастика «Зима»	Выполнять движения по показу, чувствовать народную мелодию, выполнять танцевальные спортивные движения, различать медленную и быструю музыку.	«Пришла зима», ИМП «Вот она идет сама долгожданная зима»
15	Зима (особенности жизни животных)	Дыхательные упражнения: «Поднимаем выше груз» И.П. – о.с. руки опущены вниз впереди, сжаты в кулаки. ВЫП. медленно поднять руки до уровня грудной клетки – вдох. И.П. – вдох. «Хлопушка» - И.П. – ноги на ширине плеч, руки разведены в стороны. ВЫП. – глубоко вдохнуть, наклониться вперёд, хлопнуть ладонями по коленям – выдох. Вернуться в И.П. – вдох.	Развивать дыхательный аппарат через игровые упражнения, уметь выполнять и знать вдох и выдох, чувствовать движения грудной клетки, плечей, живота при вдохе и выдохе.	Перекаты с пятки на носок и с носка на пятку, с длительной фиксацией стойки на носках.	Развивать мускулатуру стоп ног, равновесие, внимание. Профилактика и коррекция плоскостопия.	«Заморожу» ИМП «Чтоб не мерзнуть никогда»
16	Город зимой	Пальчиковая гимнастика: «Цепочка» - пальчики перебираем и цепочку получаем. «Весёлые перебежки» - большой палец правой руки встречается с указательным левой руки и наоборот.	Большой и указательный палец левой руки в кольцо. Через него пропускаем колечки из пальцев правой руки и наоборот. Перебирать пальчики, не путая их в такт музыки.	Спокойная игра: «Белый шаман» (ханты – мансийская народная игра).	Уметь повторить звуки бубна «шамана». Развивать слуховое внимание, ритм.	«Мороз – Красный нос» ИМП «Колокольчик»

17	Новогодние приключения.	Игра на дыхание: «Самый сильный ветер» подуть на ленточку	Развивать органы дыхания за счёт глубокого вдоха и выдоха.	Игра «Горящий мяч» - быстро передавать мяч под музыку, на остановку музыки играющий с мячом сгорел.	Развивать быстроту движений, быстроту реакции, мелкую моторику кистей рук, внимание.	«К нам приходит Новый год» ИМП «Что весит на елке»
18	Югра - наш дом родной	Считалка: Раз, 2, 3, 4, 5, начинаем мы играть! К нам ворона прилетела и ловить тебе велела!	Проговаривать каждое слово при счёте каждого человека, проговаривать чётко слова, звуки. Ударение на звуки «р - л»	Малоподвижная игра «Полярная сова и евражки» - действовать, прыгать под музыку, без музыки – замирать в позе евражки.	Знать национальные ханты – мансийские игры. Уметь действовать по сигналу музыки, замирать и не шевелиться. Развивать внимание, воспитывать выдержку.	«Олени и охотники» ИМП «Хейро»
19	Мой город, Транспорт	Считалка: Среди белых голубей скачет шустрый воробей, воробышек – пташка, серая рубашка. Откликаться, воробей, вылетай – ка, не робей!	Проговаривать каждое слово при счёте каждого человека, проговаривать чётко слова, звуки: «ш», «р». Обратит внимание на интонацию, мимику.	Творческая игра: «Здравствуй, сосед» (идти в гости к напарнику придуманным движением)	Знать разновидности движений, придумывать, не повторять, правильно выполнять.	«Самолет», ИМП «Угадайте угадайте»
20	Мой город, дом, квартира	Речёвка: Выше ноги, шире плечи, раз, 2, 3 – дыши ровней. От зарядки станешь крепче, станешь крепче и сильней.	Чётко проговаривать речёвку, стоя на месте, шагая на месте, в ходьбе, проговаривая в ритме шага. Проговаривать в такт со всеми детьми.	О.Р.У. с косичкой на разные группы мышц + перебирание пальцами + ходьба стопами и самомассаж косичками.	Уметь выполнять движения с предметами, натягивать косичку, массировать ноги, пальцы, развивать моторику.	«Мы ребята дошколята», ИМП «Самый внимательный»
21	Мой дом, моя квартира (Мебель)	Молчанка: Закрывай рот, Тит, то ворона залетит. Чок - чок, молчок, слово скажешь – щелчок.	В релаксации проговаривать молчанку, чётко произносить звуки: «р», «ч», «щ», «з». Уметь молчать, воспитывать выдержку	Игра на расслабление: «Штанга» Мы готовимся к рекорду, будем заниматься спортом, штангу с пола поднимаем, крепко дер-	Укреплять и расслаблять мышцы рук, плечевого пояса через напряжение и бросание – расслабление рук. Понимать, что	«Очень скоро...» ИМП» Займи свободный стульчик»

			ку.	жим... и бросаем. Наши мышцы не устали и ещё послушней стали. Нам становится понятно, расслабление – приятно.	расслабляться необходимо и приятно.	
22	Мой дом, моя квартира (Посуда)	Игры на дыхание: «Подуй на снежинку», «Чья снежинка дальше улетит?»	Развивать дыхательный аппарат через доступные игры ртом и носом.	Разные виды ходьбы и бега со сменой положения рук: вверх, в стороны, к плечам, на пояс, за голову, за спину и др.	Развивать устойчивое зрительное внимание (по схемам - модулям) и слуховое внимание. Следить за осанкой.	Трали – вали» ИМП «Звонкие ложки»
23	День защитника отечества	Считалка: Шла кукушка мимо сети, А за нею малы дети, И кричали: кук! Мак! Убирай один кулак!	Проговаривать каждое слово при счёте каждого человека, проговаривать чётко слова, звуки. Ударение на звук «к»	Ритмопластика: «Сегодня салют»	Выполнять движения по показу, развивать чувство ритма в движениях, различать беговую и прыжковую музыку, спокойную.	«Пограничник на границе», ИМП «Ловкие солдаты»
24	Я и моя семья	Считалка: Аты, баты, шли солдаты, Аты, баты, на базар. Аты, баты, что купили? Аты, баты, самовар. Аты, баты, сколько стоит Аты, баты, три рубля. Аты, баты, кто выходит? Аты, баты, это я.	Проговаривать каждое слово при счёте детей, проговаривать чётко слова, слоги, звуки: «с - з», «р - л». Обратить внимание на интонацию, мимику, неспешность, выдержку.	Игра на расслабление: «Штанга» Мы готовимся к рекорду, будем заниматься спортом, штангу с пола поднимаем, крепко держим... и бросаем. Наши мышцы не устали и ещё послушней стали. Нам становится понятно, расслабление – приятно.	Укреплять и расслаблять мышцы рук, плечевого пояса через напряжение и бросание – расслабление рук. Понимать, что расслабляться необходимо и приятно.	«Заря» ИМП «Круг – кружок»
25	8 Марта	Речёвка: На зарядку по порядку Становись скорее в ряд. На зарядку, на зарядку Собираем весь отряд.	Чётко проговаривать речёвку, стоя на месте, шагая на месте, в ходьбе, проговаривая в ритме шага. Проговаривать в такт со всеми детьми, выговаривать звуки: «р», «д», «с-з».	Упражнения с палкой для коррекции осанки и профилактики плоскостопия – ходьба по палке, касаясь пальцами и пятками пола, прокатывание от носка до пятки.	Уметь чувствовать правильную осанку, гибкость позвоночника, знать, как беречь позвоночник. Знать о плоскостопии, заниматься самостоятельно в группе, дома.	«Праздник мам» ИМП «Было у мамочки десять ребят»
26	Ранняя	Дыхательная гимнасти-	Очистить дыхатель-	Ритмическая гимнастика	Действовать по пока-	«Весна и Зима»

	весна	ка: «Рубка дров» - и.п. – ноги на ширине плеч. Поднять руки вверх в замке – вдох, наклониться (удар топором) до полного выдоха, произносить: «у-х-х-х»	ные пути, знать и уметь глубоко вдыхать и плавно выдыхать, произносить звук: «у-х-х-х».	«Моляры»	зу, развивать чувство ритма в движениях	ИМП «Раз два три цветы скорее назови»
27	Весна в лесу, в поле	Игра на дыхание: «Вертолёт». И.П. – ноги на ширине плеч, руки в стороны. ВЫП. Глубоко вдохнуть, не меняя положение рук, повернуться вправо – выдох; в И.П. – вдох. То же влево – 4 -5 раз.	Развивать дыхательный аппарат через доступные движения в игре, знать чередования вдоха и выдоха, глубокого и неглубокого.	Преодоление разных препятствий на все ОВД для подготовки к соревнованиям.	Справляться с трудностями во время преодоления препятствий, стремиться к лучшим результатам во всех ОВД. Прививать смелость, решительность, выносливость и т.д.	«Золотые ворота» ИМП «Если весело живется»
28	Весна в городе	Дыхательная гимнастика: «Гармошка» - грудное дыхание. И.П. лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, руки на рёбрах с боков. ВЫП. После выдоха сделать вдох, расширяя грудную клетку, на выдох – рёбра сжимаются.	Прочувствовать движения рёбер, грудной клетки при правильном грудном дыхании, знать носовое и грудное дыхание.	Ритмические упражнения «Чунга - чанга». Уметь согласовывать движения рук и ног в такт музыки, ритма.	Чувствовать ритм музыки, развивать координацию движений, смену движений от такта, замечать свои ошибки и ошибки товарища.	«Зима и весна» ИМП «Веселые солнышки»
29	Мой любимый детский сад	Речёвка: Зарядка всем полезна Зарядка всем нужна От лени и болезни Спасает всех она.	Чётко проговаривать речёвку, стоя на месте, шагая на месте, в ходьбе, проговаривая в ритме шага. Проговаривать в такт со всеми детьми, выговаривать звук: з»,	Творческая игра: «Что нам делать покажи»	Знать профессии, уметь показывать характерные движения, развивать творчество.	«Мы веселые ребята» ИМП «Делаем зарядку»

30	Космос	Речёвка: В космос путь далёкий, Чтоб туда добраться, Надо по утрам Зарядкой заниматься.	Чётко проговаривать речёвку в такт шага, проговаривать вместе, выговаривать звуки: «с, з, т, д, р».	О.Р.У. в парах без предметов на разные группы мышц + коррекционные упражнения для стоп: «окно», «маляр», «художник», «мельница», «подъёмный кран», «сборщик» и др.	Уметь выполнять упражнения в парах, согласовывая движения, действуя в зеркальном отображении. Укреплять стопы ног, корректировать деформацию стоп.	«Мы мечтаем» ИМП «Земля и Луна»
31	Планета Земля	Пальчиковая гимнастика: «Ловкие пальчики» - виды ходьбы пальчиками «Пояжи платок мячу» (кто быстрее?)	Уметь выполнять разные движения пальчиками. Изловчиться, самостоятельно завязать платок мячу.	Психогимнастика: Этюд «Битва» - передавать мимикой азарт борьбы и радость победы. Игровое упражнение «Замри на месте» - тренировка моторно-слуховой памяти - останавливаться с окончанием музыки. Этюд «Встреча с другом» - выражать радость, удовольствие (объятия, улыбка).	Продолжать развивать различные чувства, эмоции через мимику, движения в играх. Развивать патриотические чувства, чувства товарищества.	«Веселые мотыльки» ИМП «Шмель»
32	Физические свойства земли, воды, воздуха)	Чистоговорка: Друг весёлый, мячик мой Всюду, всюду он со мной. Раз, 2, 3, 4, 5, хорошо мячом играть.	Проговаривать во время упражнений с мячом, отбивая его в такт со словами, проговаривая все звуки: «д», «т», «р».	Игра «Весёлый бубен» Раз, 2, 3, бубен по кругу беги, раз, 2, 3, бубен на месте замри. (простучать ритм, отдать другому бубен, повторить)	Передавать бубен на каждое слово, счёт, уметь простучать ритм, повторить. Развивать ритмику, слуховое внимание.	« ИМП «Ручеек»
33	Мир, труд май.	Считалка: Здравствуй, мишенька – дружок, Сколько стоит пирожок? Пирожок-то стоит три, А водить - то (ловить - то) будешь ты.	Проговаривать каждое слово при счёте каждого человека, проговаривать чётко слова, слоги, звуки: «с - з», «ш - ж», «р». Обратит внимание на ин-	Игры на внимание: «Пограничник на посту», «Самолёты», «Стоп!», «Не задень», «Засада», «Будь внимателен!»	Развивать внимание слуховое, зрительное, уметь действовать по сигналу.	«Мы всегда играем дружно» ИМП «Что нам делать покажи»

			тонацию, мимику.			
34	День Победы	<p>Упражнения для кистей рук с кольцами:</p> <p>а) И.П. – о.с. кольцо в согнутых руках перед грудью, хват сбоку. ВЫП. вращение кольца, перебирая пальцами вправо и влево.</p> <p>б) И.П. то же. ВЫП. поворачивание кольца словно руль, резко вправо и влево, со скрещиванием рук в локтях.</p> <p>в) И.П. – рука (правая, левая) вытянута вперёд, кольцо висит на запястье. ВЫП. энергичное вращение кистью руки вправо и влево так, чтобы кольцо не упало.</p> <p>г) шагание пальцами по кольцу (по окружности, диаметру).</p>	<p>Развивать мелкую моторику рук, кистей, пальцев через игровые упражнения с кольцом. Продолжать учить жонглировать с малым мячом, кольцом, тренировать хватательные движения, быстроту реакции, сноровку.</p>	<p>Игры и упражнения на коррекцию гиперактивности:</p> <p>«Запретный номер» - играющие стоят по кругу, выбирается цифра, которую нельзя произнести, вместо неё – хлопок в ладоши.</p> <p>«Флажок» - играющие ходят под музыку, когда ведущий поднимает флажок вверх, все должны остановиться, хотя музыка продолжает играть.</p>	<p>Использовать игры на внимание с целью коррекции гиперактивности, развивать быстроту реакции в хлопках и остановке по сигналу – зрительному и слуховому.</p>	«Салют» ИМП «Подскажи словечко»
35	Поздняя весна	<p>Дыхательные упражнения:</p> <p>«Посади цветок»</p> <p>И.П. – глубокий присед, руки обхватывают колени (семечко маленькое)</p> <p>ВЫП. медленно выпрямиться, разводя руки в</p>	<p>Развивать дыхательный аппарат через игры, следить за последовательностью вдоха и выдоха, глубиной вдоха.</p>	<p>Игры и упражнения на коррекцию гиперактивности:</p> <p>«Стоп!» - дети идут по кругу под музыку, на остановку музыки должны идти дальше, пока не услышат слово «Стоп!»</p>	<p>Использовать игры на внимание, мышление с целью коррекции гиперактивности, развивать быстроту реакции на музыку, сигнал. Знать противоположные движения.</p>	«Веселые мотыльки» ИМП «Шмель»

		стороны, немного отводя голову назад – вдох (цветок вырос)		«Противоположные движения» - две шеренги напротив друг друга, под музыку одна шеренга приседает, другая подпрыгивает....		
36	Работа в огороде, Пробуждение растений	Молчанка: Чок, чок, губы на молчок, кто засмеётся, губа задерётся.	Проговаривать чётко слова, звук «ч», уметь молчать – подчинять свою волю правилам игры.	Игра на коррекцию агрессивности: «Бокс» (для снятия агрессивности). Ребёнок бьёт грушу кулаками со всей силы, тем самым сбрасывает накопившиеся негативные эмоции.	Снимать психическое напряжение, агрессию с помощью игр, сбрасывающих негативные эмоции.	«Бармалей» ИМП «Кто последний»

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ.

3 балла – **оптимальный уровень навыка.** Правильно выполняются все основные элементы движения;

2 балла – **достаточный уровень**, справляется с большинством элементов техники, допуская незначительные ошибки;

1 балл – **недостаточный уровень**, при выполнении упражнения допускаются значительные ошибки;

1. Методика: Г. Лескова, Н. Ноткина

(Ленинградский педагогический институт им. Герцена.)

2. Общероссийская система мониторинга физического развития детей, подростков и молодежи.

ПОКАЗАТЕЛИ БЕГА.

бег на скорость (10 метров)

возраст	пол	Оптимальный уровень	Достаточный уровень	Недостаточный уровень
4	М	<	3,2	>
	Д	<	3,4	>
5	М	<	3,1	>
	Д	<	3,2	>
6	М	<	2,9	>
	Д	<	3,1	>
7	М	<	2,8	>
	Д	<	2,9	>

МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ.

средний возраст.

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2. Руки согнуты в локтях 3. выраженный вынос бедра маховой ноги. 4. ритмичный бег.

старший возраст.

старший возраст.

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2. руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед – внутрь. 3. Быстрый вынос бедра маховой ноги. 4. Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах. 5. Прямолинейность, ритмичность бега.

Предварительная работа:

До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, натянутая лента и т.д.)

Инструктор знакомит детей с командами («**На старт**», «**Внимание**», «**Марш**»), правилами выполнения задания: **начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки.** Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей.

Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

челночный бег (3*10 м) сек.

возраст	пол	Оптимальный уровень	Достаточный уровень	Недостаточный уровень
4	М	<	12,7	>
	Д	<	12,4	>
5	М	<	11,3	>
	Д	<	11,6	>
6	М	<	11,2	>
	Д	<	11,3	>
7	М	<	9,7	>
	Д	<	10,1	>

старший возраст.

Широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах. Перед сменой направления шаги становятся более частыми и короткими, колени согнуты, чтобы сохранить равновесие. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на повороте.

Предварительная работа:

До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; (3*10 м) до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В начале и в конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, конус, модуль и т.д.)

Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: **начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки.** Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей.

Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

ПОКАЗАТЕЛИ ПРЫЖКОВ.

прыжки в длину с места.(см)

возраст	пол	Оптимальный уровень	Достаточный уровень	Недостаточный уровень
4	М	70,0 и >	58,0-69,5	57,0 и <
	Д	70,0 и >	60,0-69,0	59,0 и <
5	М	92,0 и >	77,1-91,6	76,0 и <
	Д	87,0 и >	76,2-86,5	75,0 и <
6	М	101,0 и >	86,3-100,0	85,0 и <
	Д	100,0 и >	88,0-99,6	87,0 и <
7	М	113,0 и >	100,0-112,7	99,0 и <
	Д	114,0 и >	98,0-113,4	97,0 и <

МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ

средний возраст.

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни; полуприседание с наклоном туловища; руки слегка отведены назад; 2. Толчок: двумя ногами одновременно; мах руками вперед-вверх. 3. Полет: руки вперед – вверх; туловище и ноги выпрямлены. 4. Приземление: одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко, положение рук свободное.

старший возраст.

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни, туловище наклонено вперед; руки свободно отодвинуты назад. 2. Толчок: двумя ногами одновременно (верх – вперед); выпрямление ног; резкий мах руками вперед вверх. 3. Полет: туловище согнуто, го-

лова вперед; вынос полусогнутых ног вперед; движение рук вперед верх. 4. Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперед- в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

ПОКАЗАТЕЛИ МЕТАНИЯ.

метание мешочка в даль (150 – 200 г) правой и левой рукой.(см)

возраст	пол	Оптимальный уровень	Достаточный уровень	Недостаточный уровень
4	М пр. лев	5,5	4,1	2,5
		4,8	3,4	2,0
	Д пр. Лев	5,2	3,4	2,4
		3,7	2,8	1,8
5	М пр. лев	7,5	5,7	3,9
		4,7	4,2	3,0
	Д пр. лев.	5,9	4,4	3,5
		4,5	3,5	2,5
6	М пр. лев	9,8	7,9	4,4
		5,9	7,9	4,4
	Д пр. лев	8,3	5,4	3,3
		5,7	4,7	3,0
7	М пр. лев	13,9	10,0	6,0
		10,8	6,8	5,0
	Д пр. лев	11,8	8,3	5,5
		8,0	5,6	4,6

МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ.

средний возраст.

1. Исходное положение: стоя лицом к направлению броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; правая рука держит предмет на уровне груди. 2. Замах: поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; одновременно правая рука идет вниз назад; поворот в направлении броска, правая рука – верх - вперед. 3. Бросок: резкое движение руки вдаль-вверх; сохранение заданного направления полет предмета. 4. заключительная часть: сохранение равновесия.

старший возраст.

1. Исходное положение: стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая – впереди, правая на носок; правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз. 2. Замах: поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на неё вес тела, левую на носок; одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести её вниз – назад – в сторону, перенос веса на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута – «положение натянутого лука». 3. Бросок: продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль – вверх; сохранять заданное направление полета предмета.

4. Заключительная часть: шаг вперед (или приставить правую ногу), сохранение равновесия.

Бросок набивного мяча (1 кг.) из – за головы, стоя (см.)

возраст	пол	Оптимальный уровень	Достаточный уровень	Недостаточный уровень
---------	-----	---------------------	---------------------	-----------------------

4	М	>	160,0	<
	Д	>	145,5	<
5	М	>	168,0	<
	Д	>	150,0	<
6	М	>	210,0	<
	Д	>	170,0	<
7	М	>	240,0	<
	Д	>	209,0	<

МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ.

1. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки подняты верх и согнуты так, чтобы предмет находился за головой; 2. податься всем туловищем вперед; 3. туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях; 4. Туловище и ноги выпрямляются, подняться на носки, руки выпрямить вперед – вверх и сделать бросок.

ГИБКОСТЬ.

возраст	пол	Оптимальный уровень	Достаточный уровень	Недостаточный уровень
4	М	>	1,1	<
	Д	>	1,8	<
5	М	>	3,8	<
	Д	>	6,8	<
6	М	>	3,9	<
	Д	>	7,6	<
7	М	>	5,1	<
	Д	>	7,9	<

МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ.

- Исходное положение: стоя на гимнастической скамейке, ноги, на ширине ступни, руки опущены вниз.
- Наклон вперед - вниз, опустить руки ниже уровня скамейки, ноги не сгибать, зафиксировать результат.

ПОКАЗАТЕЛИ ХОДЬБЫ.

средний возраст.

- Прямое ненапряженное положение туловища и головы.
- Свободное движение руками от плеча.
- Шаг ритмичный, но еще не стабильный и тяжеловатый.
- Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.

старший возраст.

- Хорошая осанка.
- Свободное движение рук от плеча со сгибанием в когтях.
- Шаг энергичный, ритмичный, стабильный.
- Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп.
- Активное сгибание и разгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая)
- Умение соблюдать различные направления, менять их.

ПОКАЗАТЕЛИ ЛАЗАНИЯ ПО ГИМНАСТИЧЕСКОЙ СТЕНКЕ.

(ВЫСОТА – 3 МЕТРА)

МЕТОДИКА ОБСЛЕДОВАНИЯ.

средний возраст.

1. Одновременность постановки руки и ноги на рейку. 2. Ритмичность движений. 3. Уверенность, но присутствует страх высоты. 4. не освоен чередующийся шаг.

старший возраст.

1. Знает одноименный и разноименный способ. 2. Координация движений соответствует выбранному способу. 3. Одновременность постановки руки и ноги на рейку. 4. Ритмичность движений. 5. Умеет перелезть с одного пролета на другой по диагонали. 6. Уверенно поднимается до самого верха.

7. Не попускает реек, отсутствует страх высоты.

методические указания:

Проверка движений производится индивидуально. Необходимо расположить маты около снаряда. начало подъема сопровождается командам: «Приготовиться», «Марш». Дети, спускаясь не должны прыгать, а доходить до последней перекладины, не пропускать перекладин.

Протокол обследования физических качеств и степени физической подготовленности детей от 3 до 4 лет

группы № _____

Дата обследования: _____ 20__ год.

Дата рождения	ФИ ребенка	Группа здоровья	Ходьба	Ползание, лазание	Прыжки	Бег	Метание, катание	Бросок мяча	Уровень физ. развития
			Качеств. показатель (балл)	Качеств. показатель (балл)	Качеств. показатель (балл)	Качеств. показатель (балл)	Качеств. показатель (балл)	Качеств. показатель (балл)	Балл

Оптимальный уровень: Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места 50 см и более. Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из – за головы; умеет ударять мячом об пол, бросает вверх 2 – 3 раза подряд и ловит; метает предметы правой и левой руками 4 м и более.

Достаточный уровень: Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом. В прыжках на двух ногах толчок не достаточно энергичный, прыгает в длину с места 35 - 47 см. Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из–за головы; умеет ударять мячом об пол, бросает вверх 2 – 3 раза подряд, не всегда ловит отскочивший мяч; метает предметы правой и левой руками 3 – 3.5 м.

Недостаточный уровень: Умеет ходить и бегать, сохраняя неустойчивое равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого. Может ползать на четвереньках, лазает по лесенке-стремянке, гимнастической стенке с помощью взрослого, при лазании испытывает страх. В прыжках на двух ногах толчок не энергичный, прыгает в длину с места 30 см и менее. Катает мяч в заданном направлении с расстояния, по показу взрослого бросает мяч двумя руками от груди, из–за головы; умеет ударять мячом об пол, бросает вверх 1 раза подряд, не ловит отскочивший мяч; метает предметы правой и левой руками 2.5 м и менее.

Результаты обследования:

Оптимальный уровень – 15-18 балла

Достаточный уровень – 9- 14 баллов

Недостаточный уровень – менее 9 баллов

Оптимальный уровень- _____ детей

Достаточный уровень - _____ детей

Недостаточный уровень - _____ детей

Выводы:

Инструктор по физ. культуре: _____

Протокол обследования физических качеств и степени физической подготовленности детей от 4 до 5 лет

группы № _____

Дата обследования: _____ 20__ год.

Дата рождения	Фамилия Имя ребенка	Группа здоровья	Ходьба	Лазание по гимнаст. стенке.	Бег на скорость 10 м. с хода за 3,2 сек		Прыжок в длину с места 70 см. и более		Метание в даль правой и левой рукой. (5,5 метров)			Бросок набивного мяча		Уровень физ. развития		
			Качеств. показатель (балл)	Качеств. показатель (балл)	(сек.)	(балл)	рез.	(балл)	Пр.	Лев.	(балл)	Рез.	балл	Баллы.	Уровень.	

Оптимальный уровень – 3 балла. (4-5 лет)

Ходит, сохраняя вертикальное положение туловища в точно заданном положении, плечи развернуты, дыхание ритмичное, четко выполняет команды педагога, сохраняет правильную осанку. Бежит на дистанцию 10 метров меньше чем за 3,2 сек. движение рук и ног во время бега согласованны, ритмичны, дыхание ровное. Свободно лазает по гимнастической стенке произвольным способом, не пропуская реек, сохраняя осанку, движения рук и ног согласованны. Выполняет бросок набивного мяча стоя из - за головы - 1 кг на М- 160 см и более, Д – 145 см и более; Прыгает в длину с места 70,0 и более см; мягко приземляясь на обе ноги, старается сохранить равновесие. Метает мешочек в даль правой и левой рукой (М-5,5 м Д- 5,2 м).

Достаточный уровень – 2 балла.

Ходит, прямо сохраняя направление движения по ориентиру, осанка немного нарушена, темп движения замедлен. Бегают на скорость 10 м, за 3,2 сек. Движения рук и ног согласованны, но бег неритмичный, допускает незначительные ошибки. Выполняет бросок набивного мяча стоя из - за головы - 1 кг на М- 160 см, Д – 145 см. Лазает по гимнастической стенке произвольным способом, темп движения замедлен, допускает не значительные ошибки. Прыгает в длину с места (58,0 - 60,0 см), приземляясь на обе ноги, приземление не уверенное, замах слабый. Метает мешочек в даль – (М-4,1; Д-3,4).

Недостаточный уровень - 1 балл.

Во время ходьбы осанка нарушена, движения не ритмичны, не сохраняет заданного направления движения, темп выполнения медленный, команды инструктора выполняет с трудом (по показу). Бегают на скорость 10, более чем за 3,4 сек. Во время бега движения рук и ног не согласованны, дыхание не ровное, не охраняется осанка; Выполняет бросок набивного мяча стоя из - за головы - 1 кг на М- менее 160 см , Д – менее 145 см. Лазает по гимнастической стенке с трудом, движения рук и ног не согласованны, испытывает чувство страха. Прыгает в длину с места 57,0 см и меньше, замах слабый, приземление не на обе ноги , с потерей равновесия. Метает мешочек в даль правой и левой рукой 1,8 – 2,5 м.

Результаты обследования:

Оптимальный уровень – 15 -18 балла

Достаточный уровень – 9 - 14 баллов

Недостаточный уровень – менее 9 баллов

Оптимальный уровень _____ детей

Достаточный уровень _____ детей

Недостаточный уровень _____ детей

Выводы:

Инструктор по физ. культуре: _____

Протокол обследования физических качеств и степени физической подготовленности детей от 5 до 6 лет

Группы № _____

дата обследования: _____ 20__ год.

Дата рождения	Фамилия Имя ребенка	Группа здоровья	Ход-ба	Лаз. по гимн. стенке	гибкость		Прыжки в дл. с места		Метание набивного мяча		Бег 10 м.		Челночн. бег.		Метание В даль правой и левой рукой (м)			Ур. Физ. раз.
			Балл .	Балл.	Рез.	ур	Рез.	ур	балл	ур	рез	ур	рез	ур	пр.	лев	ур	(бал)

Оптимальный уровень – 3 балла. (5-6 лет)

Ходит, сохраняя вертикальное положение туловища, плечи развернуты, живот подтянут, дыхание ритмичное, бежит на скорость 10 метров за (М-меньше 3,1 сек; Д – меньше 3,2 сек) ; выполняет челночный бег меньше чем за - М-11,3 Д-11,6 сек.бег легкий полетный; прыгает

в длину с места (М-92,0 и более Д- 87,0 и более), энергичный замах и толчок двумя ногами, мягко приземляется на обе ноги, сохраняя устойчивое равновесие, приземляясь на обе ноги одновременно, сохраняя равновесие.

Лазает по гимнастической стенке одноименным и разноименным способом, не пропуская реек, свободно и уверенно переходит с пролета на пролет, движения рук и ног скоординированы, сохраняя правильную осанку. Метает в даль правой и левой рукой в даль мешочек – 7,5 метров и более; выполняет бросок набивного мяча стоя из- за головы - 1 кг на 168 см и более; самостоятельно принимает исходное положение, рассчитывает силу и направление броска. Гибкость – ниже уровня опоры более чем (М-3,8 Д-6,8)

Достаточный уровень - 2 балла

Ходит, сохраняя правильную осанку по указанию педагога, дыхание не ритмичное, шаг тяжеловатый. Бегаёт на скорость 10 м более чем 3,2 сек. Выполняет челночный бег -11,3 -11,6 сек. бег не ритмичный, осанка не сохраняется. Прыгает в длину с места – (М-77,1 – 91,6 Д-76,1-86,5) исходное положение принимает с помощью инструктора, замах слабый, приземление мягкое, но не сохраняет равновесие. Лазает по гимнастической стенке одноименным и разноименным способом не уверенно, движения рук и ног не согласованы, испытывает небольшой страх высоты. Метает мешочек в даль правой и левой рукой в даль – 5 метров и более, замах слабый, не рассчитывает силу и направление броска, выполняет бросок набивного мяча из - за головы -145 см и более. Гибкость ниже уровня опоры на (3,8 -6,8).

Недостаточный уровень – 1 балл

Ходит, не сохраняя вертикальное положение туловища, осанка нарушена, движения рук и ног не ритмичны, бежит на скорость 10 м – более чем за 3,2 сек. Выполняет челночный бег за 13,5 сек и более, бег не ритмичный, тяжелый, не стремительный. Прыгает в длину с места - 76 см и более, принимает и.п. с помощью педагога, замах слабый, приземляясь на обе ноги, не сохраняя устойчивого равновесия. Лазает по гимнастической стенке, удобным для него способом, испытывает страх высоты, движения рук и ног не согласованы. метает мешочек в даль правой и левой рукой -3,9 см не рассчитывает силу и направление броска. Гибкость – до уровня опоры или выше.

Результаты обследования:

Оптимальный уровень – 20-24 балла

Достаточный уровень – 12- 19 баллов

Недостаточный уровень – менее 12 баллов

Оптимальный уровень- _____ детей

Достаточный уровень - _____ детей

Недостаточный уровень - _____ детей

Выводы:

Инструктор по физ. культуре: _____

Протокол обследования физических качеств и степени физической подготовленности детей для детей от 6 лет до прекращения образовательных отношений

Группы № _____

Дата обследования: _____ 20__ год.

Дата рождения	Фамилия ребенка	Имя	Группа здоровья	Ход-ба	Лаз.по гимн. стенке	Гибкость		Прыжки в длину с места		Бросок набивного мяча		Бег 10 метров с хода		Челночн. бег.		Метание В даль правой и левой рукой (м)			Ур. Физ. раз.		
				Бал.	Бал.	Рез.	ур	Рез.	ур	рез	ур	рез	ур	рез	ур	пр.	лев	ур	(бал)		

Оптимальный уровень – 3 балла.

Ходит, сохраняя вертикальное положение туловища, плечи развернуты, живот подтянут, дыхание ритмичное, знает и четко выполняет изученные виды ходьбы, бежит на скорость 10метров за (м-меньше -2,9сек Д- 3,1 сек) ; выполняет челночный бег за М-11,2 Д-11,3 сек.бег легкий полетный; прыгает в длину с места (М-101,0 и более Д- 100,0и более),энергичный замах и толчок двумя ногами, мягко приземляется на обе ноги, сохраняя устойчивое равновесие . Лазает по гимнастической стенке одноименным и разноименным способом, не пропуская реек, свободно и уверенно переходит с пролета на пролет, движения рук и ног скоординированы, сохраняя правильную осанку. Метает в даль правой и левой рукой в даль мешочек – 9,8 см. и более; выполняет бросок набивного мяча стоя из- за головы-1 кг на 210 см и более; самостоятельно принимает исходное положение, рассчитывает силу и направление броска. Гибкость – ниже уровня опоры больше чем - (М-3,9 Д-7,6)

Достаточный уровень - 2 балла

Ходит, сохраняя правильную осанку по указанию педагога, дыхание не ритмичное, шаг тяжеловатый. Бегаёт на скорость 10 м более чем 2,9 сек. Выполняет челночный бег -11,2 сек. бег не ритмичный, осанка не сохраняется. Прыгает в длину с места (М-86,3 Д- 88,0) исходное положение принимает с помощью инструктора, замах слабый, приземление мягкое, но не сохраняет равновесие. Лазает по гимнастической стенке одноименным и разноименным способом не уверенно, движения рук и ног не согласованны, испытывает небольшой страх высоты. Метает мешочек в даль правой и левой рукой в даль – 7,9 - 5,3см и более, замах слабый, не рассчитывает силу и направление броска, выполняет бросок набивного мяча из- за головы -150 см и более. Гибкость ниже уровня опоры (3,9- 7,6)

Недостаточный уровень – 1 балл

Ходит, не сохраняя вертикальное положение туловища, осанка нарушена, движения рук и ног не ритмичны, бежит на скорость 10 м – более чем за 3,2 сек. Выполняет челночный бег за 12,5 сек и более, бег не ритмичный, тяжелый, не стремительный. Прыгает в длину с места - 85 см и менее, принимает и.п. с помощью педагога, замах слабый. Лазает по гимнастической стенке, удобным для него способом, испытыва-

ет страх высоты, движения рук и ног не согласованны. метает мешочек в даль правой и левой рукой - 4,4 см не рассчитывает силу и направление броска. Гибкость – до уровня опоры или выше.

Результаты обследования:

Оптимальный уровень – 20-24 балла

Достаточный уровень – 12- 19 баллов

Недостаточный уровень – менее 12 баллов

Оптимальный уровень- _____ детей

Достаточный уровень - _____ детей

Недостаточный уровень - _____ детей

Выводы:

Инструктор по физ. культуре: _____