


**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МАДОУ «Детский сад № 342  
комбинированного вида»  
Приволжского района г. Казани  
Протокол № 1  
от «01» сентября 2022г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий  
МАДОУ «Детский сад № 342  
комбинированного вида»  
Приволжского района г. Казани

 М.П.Никитина  
Приказ № 53-АК от «01» сентября 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по физическому воспитанию и развитию детей**  
**старшей группы 5-6 лет**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ДОШКОЛЬНОГО**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**  
**«Детский сад № 342 комбинированного вида»**  
**Приволжского района г. Казани**  
**2022-2023 учебный год**  
(срок реализации программы)

составила рабочую программу:  
инструктор по физической культуре  
Рагимова Л.В.

г. Казань, 2022г.

## Содержание

<b>1. Целевой раздел.....</b>	<b>3</b>
1.1 Пояснительная записка.....	
<b>2.Содержательный раздел.....</b>	<b>6</b>
2.1 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 - 6 лет (сентябрь-декабрь). <ul style="list-style-type: none"><li>• Организация двигательного режима.</li><li>• Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы.</li><li>• Еженедельное помесячное планирование.</li></ul>	
2.2 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 - 6 лет (январь-май).....	35
<ul style="list-style-type: none"><li>• Организация двигательного режима.</li><li>• Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы.</li><li>• Еженедельное помесячное планирование.</li></ul>	
2.3 Итоговый мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие» (май).....	64
<b>3. Организационный раздел.....</b>	<b>69</b>
3.1 Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса (примерное)	
<b>4. Список литературы.....</b>	<b>72</b>
<b>5. Приложение (анкета для родителей).....</b>	<b>73</b>

## 1.Целевой раздел

### 1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа является общеразвивающей программой физкультурно-оздоровительной направленности. Программа предусматривает освоение содержания основной образовательной программы дошкольного образования, дополняет ее и способствует гармоничному физическому развитию детей, стимулируя их познавательную мотивацию, творческий потенциал, навыки здорового образа жизни, формирует интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.

Программа составлена с учетом основных требований ФГОС ДО и его образовательной области «Физическое развитие», где приоритетом является 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 наносящем 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).

В программе предусмотрены основные принципы ФГОС ДО:

- принцип активного и полноценного проживания ребенком всех этапов детства;
- принцип наглядности;
- принцип непрерывности процесса физического воспитания;
- принцип последовательности построения системы занятий.

Методологическую основу рабочей программы составляют педагогические научные разработки по интеграции двигательной и познавательной деятельности с учетом личностно-ориентированного и индивидуального подхода (В.И. Андреева, В.В. Беловой, В.П. Беспалько, В.З. Вульфова, З.А. Красновского, М.М. Кулибабы, И.Я. Лернера).

В содержании заложены амплификация детского развития (обогащение развития ребёнка как личности) А.В. Запорожца – максимальное обогащение содержания специфически детскими формами игровой практической деятельности, а также общения детей друг с другом и со взрослыми с целью формирования психических свойств и качеств, развития у ребёнка потребности в движении (двигательной инициативы).

Педагогической целесообразностью Программы являются перспективные инициативы в физическом развитии детей, связанные с безопасной здоровьесберегающей образовательной средой и социально-значимыми ценностями.

Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся;

3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013г. N 1155;

4. Указ Президента Российской Федерации Путина В.В. от 07.05.2018 N 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р;

6. Примерная программа воспитания, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 02 июня 2020г. N 2/20 <http://form.instrao.ru>;

7. Методические рекомендации по разработке программ воспитания ФГБНУ «Институт стратегии развития образования Российской академии образования» <http://form.instrao.ru>

8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением Главного санитарного врача от 27.10.2020 № 32,

9. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28.

Основополагающим компонентом программы является **учет возрастных особенностей детей 5 - 6 лет**: в 5 – 6 лет продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния.

Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

В содержательной части программы отражены все программные основные виды движений: построение, перестроение, ходьба, бег, равновесие, прыжки, бросание, ловля, метание, ползание, лазание, спортивные упражнения. Значительная роль отведена подвижной игре. Подвижные игры способствуют не только совершенствованию движения играющих, развитию зрительного, слухового внимания, быстроты, двигательной реакции на ориентировку в пространстве и во времени, точности в расчете своих сил, ловкости, быстроты, координации движений. В них воспитываются такие качества личности как решительность, настойчивость, товарищеская взаимопомощь, дружеское отношение к участникам игр, коллективизм, которые косвенно влияют на речевое развитие ребенка.

Таким образом, подвижные игры необходимы для единства психофизического, интеллектуального, нравственного, эмоционального воспитания; для достижения полной гармонии с самим собой и с окружающим миром, для возможности реализации свободы и

выбора действий, что является необходимым для качественной подготовки детей, в условиях дошкольной образовательной организации.

Рабочая программа учитывает направления ФГОС ДО, где одним из требований является «... взаимодействие с родителями, вовлечение их в образовательную деятельность, в том числе посредством образовательных проектов и поддержки образовательных инициатив семьи» (ФГОС ДО, раздел 3, статья 3.2.5).

Участие родителей в физкультурных праздниках, эстафетах, спортивных состязаниях отражено в содержании образовательной деятельности.

**Цель:** создание условий для освоения ребенком физических навыков и умений в двигательной деятельности.

**Задачи:**

- формирование устойчивого интереса и потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями).

Рабочая программа состоит из трех разделов: целевого, содержательного, организационного.

В целевом разделе отражены вопросы целеполагания, постановки задач, основные подходы и принципы к физическому развитию дошкольников, возрастные особенности.

Содержательный раздел представлен в табличном варианте, в виде годового еженедельного планирования образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников. Формат изложения материала представляет вариант нового поколения планирования рабочих программ.

Новизна заключается:

- в интеграции тем, видов, форм образовательной двигательной деятельности;
- в добавлении раздела «Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельной двигательной деятельности», с четким определением того, что освоил ребенок в ходе каждого занятия, каково его индивидуальное развитие в процессе самостоятельного выполнения двигательных заданий, упражнений, игровых действий;
- в определении целевых ориентиров по каждой конкретной теме.

На каждый месяц определена единая цель и основные задачи. Цель и задачи месяца реализуются через конкретное содержание, которое прописано в теме недели.

В программе представлена модель (образец) мониторинга. В декабре предусмотрен промежуточный мониторинг, в мае – итоговый. Мониторинг включает в себя качественные показатели освоения элементов техники основных движений, примерный протокол проведения диагностики, возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей 5-6 лет.

В содержательном разделе дан образец технологической карты с пояснениями по ее заполнению.

Содержание психолого-педагогической работы составлено в виде рекомендаций воспитателю. Рекомендации предусматривают преемственность и единый подход к игровой двигательной деятельности, к проведению подвижных игр в повседневной жизни.

Организационный раздел включает в себя методическое обеспечение образовательного процесса.

Результатом реализации рабочей программы являются целевые ориентиры:

- сформированность у ребенка положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- развитость любознательности и познавательной активности;
- развитость крупной и мелкой моторики, контроль за своими движениями, способность к волевым усилиям, преодоление трудностей;
- развитость умений общаться со сверстниками и взрослыми, действовать вместе, в команде с другими детьми;
- достаточно продолжительную познавательную и физическую работоспособность.

## 2.Содержательный раздел

### 2.1 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 – 6 лет.

#### Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Разные движения. Движение и дыхание»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Ходьба, бег, метение»
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Мой веселый звонкий мяч». Бег.
4 неделя (два занятия)	Семейно – групповой спортивный праздник. Эстафета.

#### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

#### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 1, 2.

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры (результат)
--	------	--	---	-------------------------------

			деятельность	
<b>Физическое развитие.</b> <b>Цель:</b> создание условий для приобретения опыта в игровой двигательной деятельности. <b>Задача:</b> овладеть двигательными навыками и умениями в процессе освоения основных движений, общеразвивающих упражнений, подвижных игр. Л.И.Пензулаева стр.16-21	<b>Тема первой недели:</b> <b>«Разные движения. Дыхание»</b> и Краткое содержание двигательной деятельности: - общеразвивающие упражнения «Насос», « Часики», «Крылья»; - ходьба на носках между предметами; - подбрасывание и ловля мяча; - ползание под веревкой на животе; - сохранение равновесия при ходьбе; - бег со скоростью; - медленный бег; - ходьба по наклонным доскам.	<b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного поведения в физкультурном зале. <b>Двигательная.</b> Ходьба обыкновенная. Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20 -25 сантиметров). Общеразвивающие упражнения: - дует ветер; - листья летят по дорожкам; - листья летят вверх – вниз; - листья кружатся. Основные движения: - ходьба по гимнастической скамейке - прыжки на двух ногах - ползание и перелезание через предметы (бревно, скамейка); - ползание под веревкой на животе; - бег со скоростью (100 метров за 45 секунд); - медленный бег(180 метров за 2 минуты 20 секунд); - ходьба по наклонным доскам (прямо, боком). <b>Игровая.</b> Подвижные игры «Филин и пташки», «Совушка», «Горелки» <b>Коммуникативная.</b> Загадки об осени. <b>Трудовая.</b> Уборка инвентаря.	Участие в беседе. Освоение разных видов ходьбы. Самостоятельное выполнение дыхательных упражнений. Выполнение общеразвивающих упражнений. Ползание под веревкой. Ползание под дуги. Самостоятельный бег со скоростью, медленный бег, ходьба по наклонным доскам (прямо, боком). Участие в подвижных играх «Филин и пташки», «Совушка», «Горелки». Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в трудовой деятельности.	- ребенок имеет опыт в двигательной деятельности; - выполняет основные движения; - овладел подвижными играми с правилами; - у ребенка развито равновесие при ходьбе. - ребенок может контролировать свои движения - ребенок выполняет основные движения; - согласует движения с правильным дыханием; - владеет координацией движений; - ребенок подвижен, вынослив.

2 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 3,4

Образовательная	Тема	Виды и формы совместной	Индивидуальные	Целевые ориентиры
-----------------	------	-------------------------	----------------	-------------------



область. Цель. Задача.		образовательной деятельности	эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	(результат)
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для физического развития в двигательной деятельности.</p> <p><b>Задача:</b> освоить основные движения в процессе развивающих упражнений и игровой деятельности.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 21-24</p>	<p><b>Тема второй недели:</b> <b>« Ходьба. Бег. Метание»</b></p> <p>Краткое содержание: - ходьба друг за другом с наклонами вперед; - ходьба на носках; - бег змейкой; - бег врассыпную; - ходьба врассыпную.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа «Зачем человеку нужно движение?»</p> <p><b>Двигательная.</b> Ходьба и бег: - ходьба друг за другом с наклонами вперед; - ходьба на носках; - бег змейкой; - бег врассыпную; - ходьба врассыпную. Общеразвивающие упражнения: «Дуб», «Ива», «Елочка». Упражнение на равновесие (стоять на одной ноге). Основные движения: - прыжки на двух ногах в высоту; Метание шишек в вертикальную и горизонтальную цели; -бросание малого мяча вверх.</p> <p><b>Игровая.</b> «У медведя во бору».</p> <p><b>Трудовая.</b> Уборка инвентаря.</p>	<p>Индивидуальное выполнение общеразвивающих упражнений «Дуб», «Ива», «Елочка».</p> <p>Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>Метание шишек в вертикальную и горизонтальную цели.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p> <p>Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- ребенок владеет приемами метания правой и левой рукой; - различает вертикальную и горизонтальную цель; - умеет прыгать в высоту; - выполняет упражнения на равновесие.</p>

3 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5,6

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры (результат)
--------------------------------	------	--	-----------------------------------	-------------------------------

Задача.			самостоятельная деятельность	
<p>Занятие 5. <b>Физическое развитие.</b> <b>Цель:</b> создание условий для физического развития в двигательной деятельности.</p> <p><b>Задача:</b> освоить программные игровые действия с предметом (мячом).</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 25-28</p>	<p><b>Тема третьей недели:</b> <b>« Мой веселый звонкий мяч. Бег».</b> Краткое содержание: - подбрасывание мяча; - ловля мяча; - ловля мяча двумя руками; - бег со средней скоростью.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения с мячом и основные движения по теме: - подбрасывание мяча; - ловля мяча; - ловля мяча двумя руками; - индивидуальные действия с мячом; - коллективные действия с мячом; -упражнение в равновесии-ходьба по канату; - бег со средней скоростью ( 100 метров за 45 секунд).</p> <p><b>Коммуникативная.</b> Рассказ об играх с мячом. Вопросы. Ответы.</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Ползание под веревкой. Ползание под дуги. Участие в подвижных играх «Филин и пташки», «Совушка». Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в трудовой деятельности.</p>	<p>- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - владеет основными движениями; - выполняет указания взрослого; - проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности</p>
<p>Занятие 6. <b>Цель:</b> создание</p>	<p><b>«Спортивная игра»</b> Краткое содержание:</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о спортивных играх. Правила игры.</p>	<p>Участие в беседе. Участие в играх на координацию</p>	<p>- ребенок умеет поддерживать беседу; - с интересом</p>

<p>условий для освоения детьми спортивных игр.</p> <p><b>Задача:</b> познакомить детей с основными понятиями спортивной игры.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- элементарные сведения о спортивной игре;</li> <li>- знакомство с основными понятиями и правилами игры;</li> <li>- национальные спортивные традиции и достижения, знаменитые спортсмены, спортивные команды;</li> <li>- спортивные события в своей местности, знакомство с командой;</li> <li>- техника безопасного поведения;</li> <li>- правильное питание спортсмена;</li> <li>- режим дня спортсмена;</li> <li>- правила выбора спортивной одежды.</li> </ul>	<p>Национальные спортивные традиции и достижений, знаменитые спортсмены, спортивные команды.</p> <p>Спортивные события в нашем городе. Знакомство с местной командой и её достижениями.</p> <p>Безопасное поведение в игре.</p> <p>Питание спортсмена.</p> <p>Режим дня спортсмена.</p> <p>Правила выбора спортивной одежды.</p> <p><b>Двигательная.</b></p> <p>Игровая деятельность</p> <p>Игры на координацию движений:</p> <p>«Через ручеек по мостику», «По коридорчику», «Найди свой цвет», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Море волнуется раз», «Водяной», «Беги – замри», «Шагай через кочки», «Бегом по горке», «Жмурки с колокольчиком».</p>	<p>движений: «Через ручеек по мостику», «По коридорчику», «Найди свой цвет», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Море волнуется раз», «Водяной», «Беги – замри», «Шагай через кочки», «Бегом по горке», «Жмурки с колокольчиком».</p>	<p>участвует в спортивных играх на координацию движений;</p> <p>- выполняет указания взрослого;</p> <p>- проявляет активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.</p>
---	---	--	--	--

4 неделя (два занятия: первое на подготовку, второе на проведение праздника)

Нумерация занятий: 7,8

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры (результат)
--------------------------------	------	--	-----------------------------------	-------------------------------

Задача.			самостоятельная деятельность	
<p><b>Семейно-групповой спортивный праздник. Эстафета.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для организации участия детей в спортивной жизни родного города.</p> <p><b>Задача:</b> приобщить детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.</p>	<p><b>Семейно-групповой спортивный праздник. Эстафета.</b> (7 занятие-подготовка, 8 занятие-проведение эстафеты).</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- представление команд;</li> <li>- игровая эстафета;</li> <li>- награждение команд.</li> </ul>	<p><b>Двигательная. Эстафета.</b></p> <p>Игры:</p> <p>«Через ручеек по мостику», «Пройди и не сбей», «Пробеги, не задень», «Шагай через кочки», «Бегом по горке».</p>	<p>Участие в семейно-групповом спортивном празднике.</p>	<p>- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности.</p>

### Октябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Движение – жизнь. Прыжки»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: « Игровые упражнения. Труд в осеннем огороде»

3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: « Ходим – бегаем. Собираем урожай».
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки в длину с разбега» Итоговое занятие

### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя(два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 1,2

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<b>Физическое развитие.</b> <b>Цель:</b> создание условий для развития у детей двигательных	<b>Тема первой недели:</b> «Движение – жизнь. Прыжки» Краткое содержание:	<b>Коммуникативная.</b> Рассказ с объяснением о ходьбе с построением в звеня. <b>Двигательная.</b> ходьба, построения в звеня; - общеразвивающие упражнения: ходьба с высоким подниманием коленей,	Слушание рассказа с объяснением о ходьбе с построением в звеня. Участие в двигательной деятельности. Выполнение	- ребенок умеет внимательно слушать рассказ с объяснением; - активен в двигательной деятельности; - проявляет

<p>навыков.</p> <p><b>Задача:</b> освоить основные движения в процессе разных видов двигательной деятельности; освоить прыжки на месте, через несколько предметов, через скакалку.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 33-36</p>	<p>- ходьба и бег с сохранением дистанции; - упражнения с мячом; - ходьба с построением; - прыжки на месте; - прыжки через несколько предметов; - прыжки через скакалку - подвижные игры.</p>	<p>медленный бег. Основные движения по теме недели: - бег со средней скоростью (100 метров, 45 секунд), бег по доскам. Подвижные игры: «Затейники», «Паук». прыжки на месте; - прыжки через 5 – 6 предметов; - прыжки через неподвижную скакалку; - прыжки на двух ногах через короткие шнуры. <b>Игровая.</b> «Парашютики», « На одной ножке – по дорожке».</p>	<p>общеразвивающих упражнений. Выполнение основных движений. Самостоятельное выполнение разных видов прыжков. Участие в подвижных играх «Затейники», «Паук», «Парашютики», «На одной ножке – по дорожке».</p>	<p>выносливость при выполнении общеразвивающих упражнений; - с интересом участвует в подвижных играх. - соблюдает дистанцию в прыжках; - умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности.</p>
--	---	--	---	--

2 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 3,4

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p><b>Физическое. Развитие.</b> <b>Цель:</b> создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков.</p>	<p><b>Тема второй недели:</b> <b>«Игровые упражнения. Труд в осеннем огороде».</b> Краткое содержание - передвижение разными шагами;</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа об овощах и фруктах. Загадки об овощах и фруктах. <b>Двигательная.</b> Ходьба и бег. Общеразвивающие упражнения и основные движения. Игровые упражнения:</p>	<p>Участие в беседе. Самостоятельное отгадывание загадок. Самостоятельное выполнение игровых общеразвивающих упражнений; Участие в</p>	<p>- ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения; - проявляет ловкость и быстроту в подвижных играх;</p>

<p><b>Задача:</b> научить правильно выполнять простые общеразвивающие упражнения.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 36-41</p>	<p>- бег (разные варианты); - ходьба и бег; - повороты; - прыжки (разные варианты). - убираем морковь: ( общеразвивающие упражнения) - собираем огурцы; ( общеразвивающие упражнения) - собираем фрукты; - радуемся урожаю.</p>	<p>передвижение приставными шагами правым (левым) боком с разной скоростью, в одном или в разном направлениях. Бег с выполнением заданий. Чередование ходьбы и бега. Повороты на месте. Прыжок в длину с разбега. Прыжки со скамейки на полусог.ноги. Смена двигательной деятельности: - убираем морковь (общеразвивающие упражнения); - ходьба на носках, пятках; - собираем огурцы; ( общеразвивающие упражнения) хождение между кеглями; - собираем фрукты; прыжки на месте; - радуемся урожаю, легкий бег. <b>Игровая.</b> Подвижные игры: «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник».</p>	<p>коллективных подвижных играх: «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник». Участие в игровых упражнениях. Самостоятельное выполнение всех двигательных заданий</p>	<p>- умеет выбирать партнеров для совместной игровой деятельности.</p>
---	---	--	--	--

3 неделя(два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5,6

Образовательная область. Цель. Задача.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p><b>Физическое развитие.</b> <b>Цель:</b> создание условий для формирования потребности в ежедневной</p>	<p><b>Тема третьей недели:</b> <b>« Ходим – бегаем. Собираем урожай».</b> Краткое содержание: - ходьба в колонне; - ходьба на пятках;</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о пользе ходьбы и бега. <b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Ходьба в колонне друг за другом. Ходьба на пятках. Ходьба на носках.</p>	<p>Освоение разных видов ходьбы: ходьба в колонне друг за другом, ходьба на пятках, ходьба на носках. Выполнение разного вида бега, по указанию взрослого.</p>	<p>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - ребенок уверен в</p>

<p>двигательной деятельности.</p> <p><b>Задача:</b> обогащать двигательный опыт детей.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 41-44</p>	<p>- ходьба на носках; - ходьба и прыжки; - бег с изменением темпа; - общеразвивающие упражнения. - прыжки; - подлезание под дуги.</p>	<p>Ходьба и прыжки: ноги вместе, ноги врозь. Бег с изменением темпа. Ходьба с восстановлением дыхания. Общеразвивающие упражнения: на каждый счет смена положения головы (вверх, вниз, влево, вправо). Прыжки. «Собираем урожай» игровые действия по заданию педагога. Подлезание под дугу в группировке; Перешагивание через набивные мячи. <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Горелки».</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в подвижной игре.</p>	<p>своих силах; - с интересом участвует в совместных играх; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.</p>
--	--	--	---	--

4 неделя (занятия 7,8 – имеют свою тематику)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры (результат)
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p>Занятие 7. <b>Цель:</b> создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p>	<p><b>Тема четвертой недели: «Прыжки в длину с разбега».</b> Краткое содержание: - прыжки с разбега; - отталкивание и приземление; - равновесие.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Прыжки с разбега на дальность. Отталкиваемся и приземляемся. Правила приземления. Мини – соревнование «Кто дальше прыгнет». <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Прыгалка».</p>	<p>Участие в освоении практических навыков по прыжкам в длину с разбега. Освоение приемов отталкивания и приземления. Участие в соревновании «Кто дальше прыгнет». Участие в подвижной</p>	<p>- ребенок освоил практические навыки по прыжкам в длину с разбега; - имеет потребность бегать, прыгать; - соблюдает правила игры; - активно взаимодействует со сверстниками и</p>



<p><b>Задача:</b> дать основные практические навыки по прыжкам в длину с разбега.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 44-48</p>			игре.	взрослыми.
<p>Занятие 8.</p> <p><b>Итоговое игровое занятие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для проведения итогового занятия по пройденным темам.</p> <p><b>Задача:</b></p>	<p><b>Итоговое игровое занятие.</b></p> <p>Повторение, закрепление навыков ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающих упражнений.</p>	<p>Повторение, закрепление навыков ходьбы, бега, прыжков, общеразвивающих упражнений</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижные игры: «Ловишки-перебежки», «Мышеловка», «На одной ножке – по дорожке», «Кто быстрее соберет урожай», «Садовник», «Горелки».</p>	<p>Участие в повторении закрепления двигательных навыков.</p> <p>Участие в игровой деятельности.</p>	<p>- ребенок умеет самостоятельно выполнять игровые общеразвивающие упражнения;</p> <p>- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми.</p>

<p>подвести итог развития детей, в процессе выполнения программных двигательных упражнений, подвижных игр.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 48-49</p>				
--	--	--	--	--

### Ноябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Буду расти здоровым» «Выносливые и сильные».
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Развиваем ловкость». «Равновесие».
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Ходьба и бег парами». «Игровая эстафета».
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели «Игры с метанием». «Подвижные игры». Повторение, закрепление.

### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
-----------------------	-----------------

Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя (два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 1,2

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<b>Физическое развитие.</b> Занятие 1. <b>Цель:</b> создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  <b>Задача:</b> познакомить	<b>«Буду расти здоровым».</b> Краткое содержание: - ходьба, бег, перестроение; - гимнасты, пловцы, футболисты.	<b>Коммуникативная.</b> Рассказ педагога (инструктора) о видах спорта. <b>Двигательная.</b> Общеразвивающие и основные движения по теме - ходьба с поворотами в углах; - ходьба на носках и пятках; - перестроение в три круга. Виды спорта. Гимнасты. Приседание с прямой спиной, колени в стороны. Возвращение в исходную позицию. Повторить 8 раз.	Участие в беседе о разных видах спорта. Совершенствование физических качеств. Выполнение упражнений: ходьба с поворотами в углах, ходьба на носках и пятках, перестроение в три круга. Участие в разных видах двигательной деятельности. Самостоятельное	- ребенок умеет поддержать беседу; - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - умеет самостоятельно выполнять упражнения, связанные с разными видами спорта; - активно взаимодействует со сверстниками и

детей с различными видами спорта.		<p>Пловцы.</p> <p>Исходное положение – лечь на живот. Руки вдоль туловища.</p> <p>Поднятие головы и верхней части туловища (прогнуться). Повторить 8 раз.</p> <p>Футболисты.</p> <p>Исходное положение – лечь на спину, руки в стороны.</p> <p>Сгибать поочередно ноги в коленях и бить по воображаемому мячу. Повторить 8 раз (каждой ногой).</p> <p>Упражнение в равновесии;</p> <p>Прыжки на правой и левой ноге.</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>«Передача мяча».</p>	<p>выполнение упражнений по теме «Гимнасты», «Пловцы», «Футболисты».</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	взрослыми.
<p>Занятие 2.</p> <p><b>Цель:</b></p> <p>создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков.</p> <p><b>Задача:</b></p> <p>развивать физические качества: выносливость, быстроту, силу.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 49-53</p>	<p><b>«Выносливые и сильные».</b></p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения для развития скоростно – силовых качеств;</li> <li>- упражнения для развития силы;</li> <li>- упражнения для развития выносливости.</li> </ul>	<p>Двигательная.</p> <p>Бег и прыжки через препятствия высотой от 15 до 30 см.</p> <p>Прыжки с продвижением вперед на расстояние 5 метров.</p> <p>Бег с высоким подниманием колен на расстояние 8 – 10 метров.</p> <p>Пробегание двух отрезков по 100 метров.</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижные игры: «Лягушки и цапли», «Самолеты».</p>	<p>Индивидуальное участие в беге и прыжках через препятствия высотой от 15 до 30 см.</p> <p>Индивидуальное участие в беге с высоким подниманием колен на расстояние 8 – 10 метров.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений на тренажере «Здоровье».</p> <p>Пробегание двух отрезков по 100 метров.</p> <p>Участие в подвижных играх «Лягушки и цапли», «Самолеты».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений;</li> <li>- в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу;</li> <li>- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.</li> </ul>



2 неделя (два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 3,4

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p>Занятие 3.</p> <p><b>Цель:</b> создание условий для развития ловкости.</p> <p><b>Задача:</b> развивать ловкость в процессе выполнения игр и упражнений</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 53-55</p>	<p><b>«Развиваем ловкость».</b></p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения с гимнастическими палками и кольцами;</li> <li>- подвижные игры.</li> </ul>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о безопасном выполнении движений с предметами</p> <p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие и основные движения по теме недели</p> <p>Бег с перешагиванием через гимнастические палки. Челночный бег 3 раза по 10 метров. Перебрасывание палки из одной руки в другую перед собой. Перебрасывание кольца диаметром 25 - 30 см из руки в руку. Ползание на животе по гимнастической скамейке. Прыжки с продвижением вперед.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижные игры «Будь ловким», «Не оставайся на полу»).</p>	<p>Самостоятельный бег с перешагиванием через гимнастические палки. Самостоятельный челночный бег 3 раза по 10 метров. Самостоятельное выполнение движений с предметами: гимнастическими палками и кольцами. Участие в подвижных играх игры «Будь ловким», «Не задень».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок имеет достаточный опыт в освоении общеразвивающих и спортивных упражнений;</li> <li>- в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу;</li> <li>- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.</li> </ul>

<p>Занятие 4.</p> <p><b>Цель:</b> создание условий для развития движений на равновесие.</p> <p><b>Задача:</b> освоить основные движения на удержание равновесия.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 55</p>	<p><b>«Равновесие».</b> Краткое содержание: - ходьба через предметы; - ходьба по гимнастической скамейке; - ходьба по бревну.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Ходьба по наклонной доске высотой 35-40см, шириной 20 см. Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами. Ходьба по бревну высотой 25-30 см, шириной 10 см, с мешочком на голове 500 граммов. Ползание на четвереньках, подталкивая мяч головой; Ведение мяча в ходьбе.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижные игры «Сделай фигуру», «По мостику».</p>	<p>Освоение ходьбы через предметы высотой 25-30 см. Самостоятельная ходьба по наклонной доске высотой 35-40 см, шириной 20 см. Самостоятельная ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами. Самостоятельная ходьба по бревну высотой 25-30 см, шириной 10 см, с мешочком на голове 500г. Участие в подвижных играх. Игры «Сделай фигуру», «Мы веселые ребята».</p>	<p>- ребенок освоил ходьбу через предметы высотой 25-30 см; - умеет удерживать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами; - проявляет активность в игровой двигательной деятельности.</p>

3 неделя (два занятия, первое на освоение, второе – на повторение)

Нумерация занятий: 5,6

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b>  <b>Цель:</b>  создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков.</p> <p><b>Задача:</b>  освоить двигательные упражнения в парах, колонне, шеренге;  развивать навыки коллективного взаимодействия в народных играх.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.57-59</p>	<p><b>«Ходьба и бег парами».</b>  Краткое содержание:  - ходьба и бег парами;  - упражнения в колонне;  - упражнения в шеренге.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b>  Беседа о том, как выполняются движение в парах.  <b>Двигательная.</b>  Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.  Ходьба и бег парами.  Ходьба и бег врассыпную.  Выполнение упражнений на равновесие двумя колоннами. Дети шеренгами прыгают на двух ногах через шнуры.  Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом.  <b>Игровая.</b>  Подвижные игры «Парный бег», «Удочка».</p>	<p>Освоение бега и ходьбы парами.  Выполнение упражнений в колонне.  Выполнение упражнений в шеренге.  Участие в подвижных играх  «Парный бег»,  «Встречные перебежки».</p>	<p>- ребенок освоил бег и ходьбу парами;  - может самостоятельно контролировать двигательные упражнения в колонне, шеренге;  - проявляет активность в игровой двигательной деятельности.</p>
	<p><b>«Игры эстафеты».</b></p>	<p><b>Двигательная.</b>  Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».</p>	<p>Участие в играх - эстафетах</p>	<p>- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.</p>

4 неделя(два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 7,8



Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<b>Физическое развитие.</b> Занятие 7. <b>Цель:</b> создание условий для освоения, закрепления двигательных навыков. <b>Задача:</b> развивать навыки коллективного взаимодействия в подвижных играх.	«Игры метанием».	<b>Игровая.</b> Игры с метанием: «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Школа мяча».	Участие в подвижных играх «Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Школа мяча».	- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.
Занятие 8. <b>Цель:</b> подведение итогов в двигательной деятельности за месяц. <b>Задача:</b> анализ эффективности развития двигательных навыков за месяц. Стр.60-64	«Подвижные игры». Повторение, закрепление.	<b>Игровая.</b> Подвижные игры: «Сделай фигуру», «Пожарные на учении». Игры – эстафеты: «С мячом», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».	Участие в подвижных играх. Участие в играх – эстафетах Самостоятельное забрасывание мяча в корзину.	- в самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками и взрослыми.

Декабрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
-------------------	-------------------------

1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Ползание и лазание».
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Положение и движение головы рук, туловища».
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: спортивные упражнения «Катание на санках», «Катание с горки».
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: эстафета «Зимние забавы».

### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий: 1,2

«Ползание и лазание. Ходьба и упражнения в равновесии.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<b>Физическое развитие.</b>	<b>«Ползание и</b>	<b>Двигательная.</b>	Самостоятельное	- ребенок может

<p>Занятие 1.</p> <p><b>Цель:</b></p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств .</p> <p><b>Задача:</b></p> <p>закрепить навыки по накоплению опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств в процессе выполнения заданий ..</p>	<p><b>лазание».</b></p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ползание на четвереньках;</li> <li>- подтягивание с помощью рук;</li> <li>- ползание и перелезание через предметы;</li> <li>- выполнение мониторинговых заданий по теме.</li> </ul>	<p>Общеразвивающие упражнения: исходное положение – стоять, пятки вместе, носки врозь.</p> <p>Приседания.</p> <p>Основные движения (Мониторинговые задания)</p> <p>Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке</p> <p>Подтягивание на скамейке с помощью рук.</p> <p>Ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук.</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижная игра «Пожарные на ученье».</p>	<p>выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение основных движений: ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке, подтягивание на скамейке с помощью рук, ползание и перелезание через предметы: скамейки, бревна.</p> <p>Участие в коллективной подвижной игре.</p>	<p>самостоятельно выполнять заданные упражнения, движения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявляет физическую активность при выполнении основных движений;</li> <li>- способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.</li> </ul>
<p>Занятие 2.</p> <p><b>Цель:</b></p> <p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p><b>Задача:</b></p> <p>совершенствовать технику основных движений.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.64-68</p>	<p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнения «Все на весла»,</li> <li>- упражнение «Вверх по реке»</li> <li>- упражнение «Морская пляска»</li> <li>- упражнение «Уборка на корабле».</li> </ul>	<p><b>Двигательная.</b></p> <p>Общеразвивающие движения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели.</p> <p>Ходьба в колонне.</p> <p>Обычный бег.</p> <p>Мониторинговые задания.</p> <p>Ходьба по шнуру (5 – 10 метров), приставной шаг с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку.</p> <p>Ходьба на пятках и носках.</p> <p>Упражнение« Все на весла»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- рывки прямыми руками назад (8 раз);</li> </ul>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений.</p> <p>Выполнение указаний физкультурного руководителя.</p> <p>Индивидуальная отработка основных движений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими;</li> <li>- имеет развитую потребность бегать, прыгать;</li> <li>- уверен в своих силах;</li> <li>- открыт внешнему миру;</li> <li>- положительно относится к себе и другим.</li> </ul>

		<p>Упражнение «Морская пляска»</p> <p>- присесть, разводя колени в стороны, спина прямая (8 раз).</p> <p>Упражнение «Уборка на корабле»</p> <p>- драим палубу (имитация мытья пола шваброй).</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижная игра «Кто быстрее».</p>		
--	--	--	--	--

2 неделя (два занятия, каждое занятие со своей тематикой)

Нумерация занятий: 3,4

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b> Занятие 3. <b>Цель:</b> создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p><b>Задача:</b> формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.</p>	<p><b>«Рисуем движения».</b> Краткое содержание: - рисуем головой; - рисуем локтями, - рисуем туловищем.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения. Мониторинговые задания Рисуем круглое солнце головой. Рисуем шары локтями. Рисуем колеса машины туловищем. Рисуем езду на велосипеде (лежа). <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Кто быстрее», повторение.</p>	<p>Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Выполнение указаний физкультурного руководителя. Индивидуальная отработка основных движений.</p>	<p>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую потребность бегать, прыгать; - уверен в своих силах; - открыт внешнему миру; - положительно относится к себе и другим.</p>
Занятие 4.	<b>«Животные и их»</b>	<b>Двигательная.</b>	Самостоятельное	- ребенок способен

<p><b>Цель:</b> создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p><b>Задача:</b> обогащать двигательный опыт детей, совершенствовать технику образных движений.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 68-71</p>	<p><b>движения».</b> Краткое содержание: - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюды»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь».</p>	<p>Общеразвивающие упражнения: ходьба, бег, построение. Образное выполнение движений: - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюды»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь» Все движения сопровождаются четверостишиями. Например: «Руки ниже опусти И достанешь до земли. Тихо – тихо мышь идет, Потому что рядом кот». И так далее... - упражнение «Мышки»; - упражнение «Лошадки»; - упражнение «Верблюды»; - упражнение «Слон»; - упражнение «Медведь». Упражнять в ползании и переброски мяча. <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Не оставайся на полу».</p>	<p>выполнение общеразвивающих упражнений. Самостоятельное выполнение образных упражнений «Мышки», «Лошадки», «Верблюды», «Слон», «Медведь». Слушание и запоминание четверостиший о животных. Участие в подвижной игре.</p>	<p>самостоятельно выполнять образные движения различных персонажей; - проявляет элементы творчества при изображении персонажей; - проявляет физическую активность при выполнении основных движений; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.</p>
--	--	---	--	--

3 неделя (два занятия, первое – на освоение, второе на закрепление)

Нумерация занятий: 5,6

**Спортивные упражнения «Катание на санках», выполнение упражнений по освоению детьми образовательной области «Физическая культура»**

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<b>Физическое развитие.</b> Занятие 5 <b>Цель:</b> создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств. <b>Задача:</b> познакомить с зимними видами спорта.	<b>«Зима».</b> Краткое содержание: - беседа о зимних видах спорта; - детский зимний инвентарь; - спортивные упражнения: катание на санках, -безопасность.	<b>Коммуникативная.</b> Рассказ о зимних видах спорта. Загадки о зиме. Беседа и рассматривание зимнего детского инвентаря: санки, лыжи, коньки. <b>Двигательная.</b> Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Мороз».	Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта. Самостоятельное отгадывание загадок. Участие в беседе. Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту. Участие в подвижной игре.	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений; - знает правила безопасного поведения на улице в зимний период; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.
Занятие 6. <b>Цель:</b>	<b>«Зима».</b> Краткое	<b>Коммуникативная.</b> Рассказ о зимних видах спорта.	Слушание рассказа Рассказ о зимних видах	- ребенок в двигательной

<p>создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности, направленных на развитие двигательных качеств.</p> <p><b>Задача:</b> познакомить с зимними видами спорта.</p> <p>На усмотрение педагога.</p>	<p>содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение;</li> <li>- катание на санках.</li> </ul>	<p>Рассказы детей.</p> <p><b>Двигательная.</b> Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижная игра «Мороз».</p>	<p>спорта.</p> <p>Самостоятельный рассказ.</p> <p>Участие в беседе.</p> <p>Катание на санках с горки по одному и парами.</p> <p>Катание друг друга по ровному месту.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<p>деятельности проявляет выносливость, силу, координацию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявляет инициативу и изобретательность при выполнении упражнений;</li> <li>- знает правила безопасного поведения на улице в зимний период.</li> <li>- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку;</li> <li>- у ребенка развита крупная и мелкая моторика.</li> </ul>
--	--	--	---	---



4 неделя (два занятия)

Нумерация занятий 7,8

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<b>Физическое развитие.</b> <b>Цель:</b> создание условий для по развитию двигательных качеств.  <b>Задача:</b> Приобщать детей к эстафетам, волю к победе.	<b>«Зимние забавы».</b> Эстафета. Итог месяца. Занятие 7 - подготовка к спортивной эстафете. Занятие 8 - проведение спортивной эстафеты «Зимние забавы».	<b>Двигательная.</b> Эстафета «Кто ловчее, кто быстрее». Эстафета состоит из знакомых общеразвивающих упражнений, спортивных подвижных зимних игр.	Участие в эстафете «Зимние забавы».	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - способен договариваться, учитывать интересы других детей в коллективных подвижных играх.

## 2.2 Мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

### Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Три балла(отлично)
2. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Два балла (хорошо)
3. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Один балл(удовлетворительно)

### Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 5 - 6 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег, равновесие	Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприседе. Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20сантиметров), по наклонной доске (высота 35 сантиметров), по шнуру и бревну. Ходьба с поворотами, с кружением, по пенькам, спиной вперед. Бег. На носках, через предметы и между ними, бег в медленном темпе (100метров), в быстром темпе (3раза по 10 метров)
Прыжки	Прыжки на месте, прыжки через 3 – 4 предмета. Прыжки в длину с места - 70 – 80 сантиметров, в высоту – 30 – 35 сантиметров, с разбега в длину – 100 сантиметров.
Метание, бросание, ловля	Бросание мяча вверх, о землю, ловля – не менее 8раз. Метание предмета на дальность (расстояние 5 метров), в горизонтальную цель (2 метра), в вертикальную цель (расстояние 1,5 – 2 метра).
Лазание	Ползание на четвереньках между предметами. Подтягивание на скамейке с помощью рук. Подлезание под дуги.
Спортивные упражнения	Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту.

### 2.3 Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 5 – 6 лет (январь-май).

#### Январь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Выходные праздничные дни.
2 неделя (два занятия)	Выходные праздничные дни.
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Зима», повторение.
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели «Подвижные игры». «Народные зимние

	забавы».
--	----------

### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 – 2 неделя праздничные выходные дни (занятия с 1 по 4 не проводятся).

3 неделя Повторение тематики декабря (Занятие 6 –«Зима») (два занятия на повторение, закрепление двигательных навыков и умений)

Нумерация занятий:5,6

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<b>Физическое развитие.</b> Занятие 5, 6. Повторение тематики декабря (занятие 6)«Зима».	Повторение тематики декабря (6) «Зима».	Повторение тематики декабря (6) «Зима».	Слушание рассказа Рассказ о зимних видах спорта. Самостоятельный рассказ. Участие в беседе. Катание на санках с горки по одному и парами.	- ребенок в двигательной деятельности проявляет выносливость, силу, координацию; - проявляет инициативу и изобретательность при выполнении

			<p>Катание друг друга по ровному месту.</p> <p>Участие в подвижной игре</p>	<p>упражнений;</p> <p>- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку;</p> <p>- у ребенка развита крупная и мелкая моторика.</p>
--	--	--	---	--

4 неделя(два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 7,8.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b> Занятие 7.</p> <p><b>Цель:</b> создание условий для развития двигательной деятельности детей.</p> <p><b>Задача:</b> воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры.</p>	<p><b>«Подвижные игры».</b> Краткое содержание: - игры с бегом; - игры с прыжками; - игры - эстафеты.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного поведения в подвижных играх.</p> <p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения (по рекомендации педагога) Основные движения «Бег», «Прыжки» осваиваются в игровой деятельности. Игры с бегом: «Уголки», «Парный бег», «Бездомный заяц». Игры с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков», «Пустое место». Игры – эстафеты: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения в подвижных играх.</p> <p>Участие в подвижных играх с бегом: «Уголки», «Парный бег», «Бездомный заяц».</p> <p>В играх с прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто сделает меньше прыжков», «Пустое место».</p> <p>В играх – эстафетах: «Дорожка препятствий», «Забрось мяч в кольцо».</p>	<p>- ребенок гармонично физически развит; - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании; - способен самостоятельно организовать и проводить подвижные игры; - ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.</p>
Занятие 8.	<b>«Народные</b>	<b>Коммуникативная.</b>	Участие в беседе о	- ребенок стремится

<p><b>Цель:</b> создание условий для развития двигательных качеств в зимний период.</p> <p><b>Задача:</b> развивать потребность и интерес к двигательной деятельности в зимний период в процессе игровой деятельности.</p>	<p><b>зимние забавы».</b> Краткое содержание: - игра в снежки; - зимняя карусель; - катание на санках.</p>	<p>Беседа о народных зимних забавах. Загадки о зимних забавах. <b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели (по рекомендации педагога)</p> <p>Катание на санках с горки по одному и парами. Катание друг друга по ровному месту (кто быстрее). Зимняя карусель: кто катается на карусели (медведи, зайцы, лиса).</p>	<p>народных играх – забавах. Самостоятельное отгадывание загадок. Самостоятельное участие в игровой двигательной деятельности. Творческое выполнение игровых заданий.</p>	<p>к лучшему результату; - способен самостоятельно привлечь внимание других детей для участия в командной игре; - проявляет познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.</p>
--	--	--	---	--

## Февраль

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели «Ходьба и бег».
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: Виды спорта» (с ходьбой, бегом, прыжками).
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Равновесие. Красивая осанка».
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели«. Семейный спортивный праздник «Мы вместе».

## Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

## Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя (Два занятия, первое на освоение движений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий 1,2.

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры
--	------	--	---	-------------------

<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей.</p> <p><b>Задача:</b> развивать двигательную активность детей в процессе совершенствования основных движений.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 94-100</p>	<p><b>«Ходьба и бег».</b></p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба в колонне;</li> <li>- ходьба на носках;</li> <li>- ходьба на пятках;</li> <li>- бег.</li> </ul> <p>Повторить упражнения в прыжках и забрасывание мяча в корзину.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни.</p> <p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения по выбору педагога.</p> <p>Пример: «На разминку становись! Вправо, влево повернись, Повороты посчитай Раз, два, три... Не отставай!».</p> <p>Основные движения. Ходьба в колонне с поворотами в углах. Ходьба на носках с прямым туловищем. Ходьба на пятках с прямым туловищем. Ходьба через предметы (высотой 20 сантиметров) Обычный бег. Бег с высоким поднятием колен, через предметы Бег с захлестыванием. Перестроение в три круга. Бросание мячей в корзину.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижная игра «Дорожка препятствий».</p> <p><b>Трудовая.</b> Уборка инвентаря.</p>	<p><b>деятельность</b></p> <p>Участие в беседе о пользе ходьбы и бега в повседневной жизни. Самостоятельное выполнение движений ходьбы в колонне с поворотами в углах, ходьбы на носках с прямым туловищем, ходьбы на пятках с прямым туловищем, обычного бега, бега с захлестыванием.</p> <p>Участие в подвижной игре «Дорожка препятствий».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок гармонично физически развит;</li> <li>- в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании;</li> <li>- ребенок умеет выполнять основные движения;</li> <li>- знает правила безопасности во время выполнения физических упражнений;</li> <li>- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку.</li> </ul>
--	---	---	---	---

2 неделя(Два занятия, первое на освоение движений, второе – на повторение, закрепление)

Нумерация занятий 3,4

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная	Целевые ориентиры
--	------	--	---	-------------------



			деятельность	
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для развития физических качеств, накопления и обогащения двигательного опыта детей.</p> <p><b>Задача:</b> развивать двигательную активность детей.</p>	<p><b>«Виды спорта» (с ходьбой, бегом, прыжками).</b></p> <p>Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа «Спортсмены на тренировке»</p> <p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Ходьба с четкими поворотами в углах. Бег на месте с высоко поднятыми коленями. Медленный бег на расстояние (по указанию педагога). Бег со средней скоростью (по указанию педагога). Дыхательные упражнения. Прыжки в длину, с места (70 – 80 сантиметров) Индивидуальное выполнение.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижная игра «Кто быстрее».</p>	<p>Участие в беседе «Спортсмены на тренировке».</p> <p>Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: ходьбы с четкими поворотами в углах, бега на месте с высоко поднятыми коленями, медленного бега на расстояние, бега со средней скоростью.</p> <p>Индивидуальное выполнение дыхательных упражнений.</p> <p>Участие в коллективной подвижной игре «Кто быстрее».</p>	<p>- ребенок проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях; - умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; - знает о правилах безопасности во время выполнения физических упражнений.</p>

3 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 5,6

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b> Занятие 5. <b>Цель:</b> создание условий для развития двигательной деятельности детей.</p> <p><b>Задача:</b> совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.105-106.</p>	<p><b>«Равновесие».</b> Краткое содержание: - ходьба по канату; - перепрыгивание; - подбрасывание мяча.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Основные виды движений. Равновесие – ходьба по канату: носки на канате, пятки на полу, руки за головой. Перепрыгивание через канат справа и слева с продвижением вперед, помогая себе взмахом рук (4-8 раз). Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками, произвольно (дети свободно располагаются по залу) каждый в своем темпе. Прыжки из обруча в обруч. <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Сбей мяч».</p>	<p>Самостоятельное выполнение основных движений. Освоение движений на равновесие. Индивидуальное выполнение упражнений с мячом. Участие в подвижной игре «Сбей мяч».</p>	<p>- у ребенка сформировано ценностное отношение к занятиям физической культурой; - ребенок может самостоятельно выполнять основные движения на равновесие; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; - при выполнении движений ребенок проявляет необходимый контроль и самооценку.</p>

<p>Занятие 6.</p> <p><b>Цель:</b> создание условий для развития двигательной деятельности детей.</p> <p><b>Задача:</b> формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.108-109</p>	<p><b>«Красивая осанка».</b> Краткое содержание: - ходьба; - бег; - дыхательные упражнения.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Ходьба на носках и внешней стороне ступни. Медленный бег: забрасывая голень, затем высоко поднимая колени. Медленный бег на расстояние (по указанию педагога). Дыхательные упражнения.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижная игра «Мы веселые ребята».</p>	<p>Самостоятельное выполнение основных движений. Осознанное выполнение дыхательных и двигательных упражнений. Участие в подвижной игре «Мы веселые ребята».</p>	<p>- ребенок может осознанно выполнять двигательные и дыхательные упражнения; - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям; - проявляет инициативу при выполнении упражнений.</p>

4 неделя (два занятия, первое – подготовка к спортивному празднику, второе – проведение семейно – группового спортивного праздника)

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для проведения спортивного семейного праздника «Мы вместе».</p> <p><b>Задача:</b> развивать навыки коллективного взаимодействия детей и родителей в совместной игровой соревновательной деятельности.</p>	<p><b>Семейный спортивный праздник «Мы вместе».</b></p> <p>Содержание праздника состоит из пройденных программных игр и развивающих физических упражнений.</p>	<p>Содержание праздника состоит из пройденных программных игр и развивающих физических упражнений.</p>	<p>Участие в семейном спортивном празднике.</p>	<p>- ребенок проявляет спортивный интерес и активность в совместной и индивидуальной двигательной деятельности;</p> <p>- ребенок владеет основными культурными способами общения;</p> <p>- обладает установкой положительного отношения к миру.</p>

**Март**

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели ««Всегда в движении. Прыжки. Мяч»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели; «Выносливость в ходьбе и беге», «Ловкие ребята»
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Вместе весело шагать»
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели «Веселые старты»

### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя(Два занятия. Каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 1,2

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры

<p><b>Физическое развитие.</b> Занятие 1. <b>Цель:</b> создание условий для развития двигательной деятельности детей.</p> <p><b>Задача:</b> развивать физические качества - ловкость, выносливость.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.108-110</p>	<p><b>«Всегда в движении».</b> <b>«Прыжки. Мяч»</b> Краткое содержание: - прыжки в длину; - перебрасывание мяча; - прокатывание мяча.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Прыжки через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15- 20 см). Прыжки в длину с места на 80 - 90 см. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра). Игровые упражнения (подбрось – поймай). <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Пожарные на учении».</p>	<p>Индивидуальное выполнение прыжков через 5 – 6 предметов. Освоение прыжков в длину с места. Самостоятельное перебрасывание мяча через шнур. Индивидуальное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30- 40 см, длина 3- 4 метра). Освоение игровых упражнений. Участие в подвижной игре.</p>	<p>- ребенок может самостоятельно выполнять основные движения; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.</p>
<p>Занятие 2. <b>Цель:</b> создание условий для</p>	<p><b>«Упражнения на гимнастической скамейке».</b> Краткое</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении упражнений на гимнастической скамейке.</p>	<p>Индивидуальное выполнение основных двигательных упражнений:</p>	<p>- ребенок может самостоятельно выполнять основные двигательные движения;</p>

<p>развития физических качеств.</p> <p><b>Задача:</b></p> <p>развивать физические качества - ловкость, выносливость.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 112-114</p>	<p>содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба по скамейке;</li> <li>- бег по скамейке;</li> <li>- прыгивание со скамейки.</li> </ul>	<p><b>Двигательная.</b></p> <p>Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели.</p> <p>Ходьба в колонне по залу.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке потоком, держа руки в стороны.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки за головой.</p> <p>Бег по скамейке (2-3 раза).</p> <p>Прыгивание со скамьи с мягким приземлением на обе ноги.</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижная игра «Бездомный заяц»</p>	<p>ходьба в колонне по залу, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки в стороны, ходьба по гимнастической скамейке потоком держа руки за головой, бег по скамейке, прыгивание со скамейки с мягким приземлением на обе ноги.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<p>-осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в двигательной деятельности с удовольствием общается со сверстниками.</li> </ul>
--	---	--	---	---

2 неделя (Два занятия. Каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 3,4

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b> Занятие 3. <b>Цель:</b> создание условий для развития интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях.</p> <p><b>Задача:</b> развивать активность в самостоятельной двигательной деятельности.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.116-118</p>	<p><b>«Выносливость в ходьбе и беге».</b> Краткое содержание: - бег между предметами; - бег на скорость; - прыжки.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения по выбору педагога. Основные движения по теме недели. Бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30 метров (2- 3 раза). Челночный бег 3х10 метров в медленном темпе. Прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно). Игровые упражнения «На одной ножке вдоль дорожки». Прыжки вдоль дорожки из кубиков или шнура до конца дорожки. При повторении прыгать на другой ноге. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах. <b>Игровая.</b> Подвижная игра «Стоп».</p>	<p>Самостоятельное выполнение двигательных упражнений: бег в быстром темпе 10 метров (3-4 раза), 20 – 30 метров (2- 3 раза), челночный бег 3х10 метров в медленном темпе, прыжки на одной ноге (правой и левой, попеременно). Самостоятельное выполнение игровых упражнений «На одной ножке вдоль дорожки». Участие подвижной игре.</p>	<p>- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми в совместных играх.</p>



<p>Занятие 4</p> <p><b>Цель:</b> создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности.</p> <p><b>Задача:</b> упражнять детей в ходьбе широким и коротким шагом, в равновесии и прыжках.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 119-122</p>	<p><b>«Ловкие ребята».</b> Краткое содержание: - ходьба; - игровые упражнения; - бросание мяча.</p>	<p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие и основные движения по теме недели. Ходьба попеременно широким и коротким шагом. Метание мешочков в горизонтальную цель с 3-х метров. Ходьба мелким, семенящим шагом. <b>Игровая.</b> Игровые упражнения. «Перепрыгни ручеек». Прыжки в длину с места через 3- 4 ручейка (ручеек состоит из 6 – 8 шнуров). «Бег по дорожке». Упражнение дети выполняют в колонне по одному, сохраняя равновесие и не наступая на шнуры. <b>Подвижная игра:</b> Не оставайся на полу.</p>	<p>Освоение и закрепление разных видов ходьбы: ходьба попеременно широким и коротким шагом, ходьба мелким, семенящим шагом. Самостоятельное выполнение игровых упражнений.</p>	<p>- ребенок может самостоятельно выполнять основные движения; - у ребенка развита крупная и мелкая моторика; -ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.</p>

3 неделя(два занятия, первое на освоение, второе – на повторение)

Нумерация занятий: 5,6

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для приобретения опыта в двигательной деятельности.</p> <p><b>Задача:</b> освоить общеразвивающие упражнения с предметами и без них.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 122-123</p>	<p><b>«Вместе весело шагать».</b></p> <p>Краткое содержание: - ходьба; - бег; - общеразвивающие упражнения; - упражнения со скакалкой.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о пользе общеразвивающих упражнений в жизни человека.</p> <p><b>Двигательная.</b> Ходьба обычным шагом. Ходьба парами. Бег за направляющим. Общеразвивающие упражнения. Наклоны со скакалкой. Лазание и ползание. Лазание по лестнице с перекрестной координацией рук и ног. Прыжки через бруски 50 см. Бросание мяча двумя руками из-за головы.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижные игры «Медведи и пчелы», «С кочки на кочку».</p> <p><b>Трудовая.</b> Уборка инвентаря.</p>	<p>Участие в беседе. Освоение и закрепление разных видов ходьбы. Самостоятельное выполнение общеразвивающих упражнений. Участие в подвижных играх. Уборка инвентаря.</p>	<p>- ребенок выполняет основные движения; - имеет опыт в разных видах двигательной деятельности; - способен к волевым усилиям в разных видах движений; - проявляет инициативу и самостоятельность в игровой деятельности.</p>

4 неделя (два занятия, первое на подготовку мероприятия, второе – проведение)

Нумерация занятий: 7,8

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для проведения спортивного соревнования «Веселые старты»</p> <p><b>Задача:</b> провести мониторинг эффективности по развитию двигательных качеств в виде спортивного соревнования «Веселые старты».</p>	<p><b>«Веселые старты».</b></p> <p>Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и программных двигательных упражнений.</p>	<p>Содержание спортивного соревнования состоит из выполнения комплекса освоенных подвижных игр и программных двигательных упражнений.</p>	<p>Участие в спортивном соревновании «Веселые старты».</p>	<p>-ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения;</p> <p>- в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость;</p> <p>- активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх;</p> <p>- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;</p> <p>-ребенок может контролировать свои движения и управлять ими.</p>

### Апрель

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели «школа мяча»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели; «Будь ловким»
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Тренировочный поход», «Развитие физических качеств. Сила»
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели «Развитие физических качеств. Выносливость». «Подвижные игры»

### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья

1 неделя(Два занятия,первое на освоение, второе – на повторение)

Нумерация занятий 1,2

Образовательная область. Цель.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и	Целевые ориентиры
--------------------------------	------	--	-----------------------------------	-------------------

Задачи.			самостоятельная деятельность	
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p><b>Задача:</b> освоить основные движения: бросание, ловля, метание.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.123-126</p>	<p><b>«Школа мяча».</b> Краткое содержание: - прокатывание мяча; - бросание мяча; - отбивание мяча; - ловля мяча; - метание мяча.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах бросания, лови и метания мяча.</p> <p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения и основные движения по теме недели. Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений. Бросание мяча вверх, о землю. Ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой – 4-6 раз подряд. Отбивание мяча на месте и в движении 10 раз подряд. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами. Метание в горизонтальную и вертикальную цель. Метание вдаль.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижная игра «Брось мяч в стену».</p>	<p>Участие в беседе. Самостоятельное прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений, бросание мяча вверх, о землю, ловля мяча двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4-6 раз подряд. Приобретение навыков отбивания мяча на месте и в движении, перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами. Закрепление навыков метания в горизонтальную и вертикальную цель, вдаль.</p>	<p>- ребенок умеет поддержать беседу; - умеет выполнять разнообразные движения с мячом: прокатывание мяча, бросание мяча, отбивание мяча, ловля мяча, метание мяча; - проявляет необходимый самоконтроль и самооценку в двигательной деятельности.</p>

2 неделя(Два занятия, первое – освоение, второе – повторение, закрепление)

Нумерация занятий 3,4

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
--	------	--	--	-------------------

<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p><b>Цель:</b> создание условий для осознанной потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p> <p><b>Задача:</b> освоить основные движения: ползание, лазание.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр. 126-129</p>	<p><b>«Будь ловким».</b></p> <p>Краткое содержание: - беседа; - ползание; - лазание.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о безопасности ползания и лазания.</p> <p><b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели. Ползание на четвереньках. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Лазание по гимнастической стенке. Пролезание в обруч прямо и боком. Прокатывание обручей друг другу.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижные игры «Кто скорее до флажка?», «Стоп»,</p>	<p>Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных упражнений, включающих в себя ползание и лазание. Участие в подвижных играх «Кто скорее до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».</p>	<p>- ребенок самостоятельно выполняет двигательные упражнения; - в двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, координацию, гибкость; - активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.</p>
--	--	--	--	---

3 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 5,6

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b> Занятие 5.</p> <p><b>Цель:</b> создание условий</p>	<p><b>«Тренировочный поход».</b></p> <p>Краткое содержание: - беседа;</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного поведения в природе.</p> <p><b>Двигательная.</b> Построение в шеренгу.</p>	<p>Участие в беседе. Самостоятельное выполнение двигательных</p>	<p>- ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; - имеет развитую</p>

<p>для приобретения социального опыта в тренировочном походе.</p> <p><b>Задача:</b></p> <p>формирование основ безопасного поведения в природе.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.130-131</p>	<p>- общеразвивающие упражнения;</p> <p>- подвижная игра.</p>	<p>Обычная ходьба в колонне друг за другом.</p> <p>Ходьба змейкой между деталями конструктора.</p> <p>Прыжки с левой ноги на правую с продвижением вперед (с кочки на кочку). Ползание по прямой.</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижная командная игра «Удочка».</p> <p>Упражнения на восстановление дыхания.</p>	<p>упражнений.</p> <p>Участие в подвижной игре.</p> <p>Приобретение социального опыта в тренировочном походе.</p>	<p>потребность бегать, прыгать;</p> <p>- участвует в совместных играх;</p> <p>- соблюдает правила и социальные нормы.</p>
<p>Занятие 6.</p> <p><b>Цель:</b></p> <p>создание условий для развития физических качеств.</p> <p><b>Задача:</b></p> <p>освоить программные упражнения для развития силы.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.131-132</p>	<p><b>«Развитие физических качеств. Сила».</b></p> <p>Краткое содержание:</p> <p>- беседа;</p> <p>- упражнения с диском «Здоровье».</p>	<p><b>Коммуникативная.</b></p> <p>Беседа о безопасном выполнении упражнений с диском «Здоровье».</p> <p><b>Двигательная.</b></p> <p>Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.</p> <p>Метание мешочков в вертикальную цель.</p> <p>Стоя на диске на одной ноге, отталкиваясь другой от пола, вращаться по кругу.</p> <p>Сидя на диске, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях, отталкиваясь руками и ногами, передвигаться влево – вправо.</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижная игра «Карусель».</p>	<p>Участие в беседе.</p> <p>Освоение программных упражнений для развития силы с диском «Здоровье».</p> <p>Участие в подвижной игре.</p>	<p>- ребенок гармонично физически развит;</p> <p>- проявляет стойкий интерес к двигательным упражнениям с диском «Здоровье»;</p> <p>- уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выполняет упражнения.</p>

4 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 7,8

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b></p> <p>Занятие 7.</p>	<p><b>«Развитие физических качеств.</b></p>	<p><b>Коммуникативная.</b></p> <p>Беседа о значении развития выносливости в жизни человека.</p>	<p>Участие в беседе о значении развития выносливости в жизни</p>	<p>- ребенок может поддержать беседу;</p> <p>- освоил</p>

<p><b>Цель:</b> создание условий для развития физических качеств.</p> <p><b>Задача:</b> освоить программные упражнения для развития выносливости.</p> <p>Л.И. Пензулаева стр.133</p>	<p>Выносливость».</p> <p>Краткое содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа;</li> <li>- бег;</li> <li>- подвижные игры.</li> </ul>	<p><b>Двигательная.</b></p> <p>Бег двух отрезков на расстояние (по указанию педагога).</p> <p>Лазанье на гимнастическую стенку разными способами.</p> <p>Прыжки через короткую скакалку на месте.</p> <p><b>Игровая.</b></p> <p>Подвижные игры «Позвони в колокольчик», «Горелки».</p>	<p>человека.</p> <p>Самостоятельное выполнение программных упражнений для развития выносливости.</p> <p>Участие в подвижных играх.</p>	<p>программные упражнения для развития выносливости;</p> <p>- активно взаимодействует со сверстниками в совместных играх.</p>
<p>Занятие 8.</p> <p><b>Цель:</b> создание условий для подготовки заданий мониторинга по развитию двигательных качеств.</p> <p><b>Задача:</b> подготовить игровые задания для мониторинга эффективности по развитию двигательных качеств.</p>	<p><b>«Подвижные игры».</b></p> <p>Выбор подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц.</p>	<p>Выбор подвижных игр состоит из пройденного программного игрового материала за месяц.</p>	<p>Участие в подвижных играх.</p>	<p>- у ребенка сформирован интерес и ценностное отношение к занятиям физической культурой.</p>

## Май

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Быстрые движения. Сила и скорость» Итоговый мониторинг.
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: »Силачи», «Баскетбол».
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Пловцы».
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели:«Малая летняя олимпиада».



--	--

### Организация двигательного режима

Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Спортивные прогулки с использованием подвижных игровых упражнений	3 раза в неделю
Музыкально – ритмические движения	2 раза в неделю
Оздоровительный бег	Ежедневно

### Обеспечение условий для эффективной физкультурно-оздоровительной работы

Соблюдение гибкого режима (совместно с воспитателем, музыкальным руководителем, родителями).
Использование спортивной предметно – развивающей среды.
Использование современного спортивного инвентаря и оборудования.
Учет возрастных особенностей и физического состояния здоровья.

1 неделя (Два занятия, каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 1,2. Итоговый мониторинг

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<b>Физическое развитие.</b> Занятие 1. <b>Цель:</b> создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.	<b>«Быстрые движения».</b> Краткое содержание: - упражнения на развитие быстроты реакции; - темп движения; - игры на развитие быстроты.	<b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. <b>Двигательная.</b> Общеразвивающие упражнения (по выбору педагога) и основные движения по теме недели Ходьба и упражнения в равновесии (по выбору педагога)	Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение упражнений на развитие быстроты реакции. Участие в играх на	- у ребенка сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности; - ребенок может поддержать беседу; - самостоятельно выполняет упражнения

<p><b>Задача:</b> закрепить умения в двигательной деятельности для развития быстроты движений в процессе выполнения мониторинговых заданий.</p>		<p>Мониторинговые задания Упражнения на развитие быстроты реакции: бег со старта из разных исходных положений, ходьба – бег быстрый, бег медленный – бег с ускорением. Темп движения: бег на дистанцию 25 метров. Бег с ускорением. <b>Игровая.</b> Игры на развитие быстроты «Перемена мест», «Кто быстрее», «Бег наперегонки».</p>	<p>развитие быстроты.</p>	<p>для развития быстроты реакции; - проявляет самоконтроль и самооценку.</p>
<p>Занятие 2. <b>Цель:</b> создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.  <b>Задача:</b> закрепить умения в двигательной деятельности для развития скоростно - силовых качеств в процессе выполнения</p>	<p><b>«Сила и скорость».</b> Краткое содержание: - беседа; - бег и прыжки; - ходьба; - упражнения с набивными мячами; - подвижные игры.</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. <b>Двигательная.</b> Бег и прыжки через препятствие (количество препятствий 5-6). Ходьба в полуприседе, глубоком приседе. Упражнения с набивными мячами (вес 500-600 гр.) Прыжки вокруг мяча и через него. Упражнения с мячом сидя (мяч в руках, наклоны вперед). <b>Игровая.</b> Подвижные игры «Парашютики», «Лягушки и цапли».</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений. Самостоятельное выполнение упражнений на развитие скоростно - силовых качеств. Участие в подвижных играх.</p>	<p>- ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие скоростно - силовых качеств; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>

мониторинговых заданий.				
-------------------------	--	--	--	--

2 неделя (Два занятия. Каждое занятие имеет свою тематику)

Нумерация занятий 3,4. Итоговый мониторинг

Образовательная область. Цель. Задачи.	Тема	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная деятельность	Целевые ориентиры
<p><b>Физическое развитие.</b> Занятие 3.</p> <p><b>Цель:</b> создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p><b>Задача:</b> закрепить умения в двигательной деятельности в процессе выполнения упражнений для развития силы в процессе выполнения мониторинговых заданий.</p>	<p><b>«Силичи».</b> Краткое содержание: - беседа;</p>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p><b>Двигательная.</b> Сжимание малого мяча. Растягивание упругих резинок в положении стоя, сидя, лежа. Подтягивание на гимнастической скамейке.</p>	<p>Участие в беседе о правилах безопасного поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p>Самостоятельное выполнение упражнений для развития силы.</p>	<p>- ребенок может поддержать беседу; - проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие силы; - проявляет стойкий интерес к упражнениям на тренажерах.</p>
Занятие 4.	<b>Спортивные игры. «Баскетбол»</b>	<p><b>Коммуникативная.</b> Беседа о правилах безопасного</p>	<p>Участие в беседе. Самостоятельное</p>	<p>- ребенок может поддержать беседу;</p>

<p><b>Цель:</b> создание условий для формирования потребности в ежедневной двигательной деятельности.</p> <p><b>Задача:</b> закрепить умения и навыки в процессе выполнения игровых движений с мячом в процессе выполнения мониторинговых заданий.</p>	<p>Краткое содержание: - беседа; - перебрасывание мяча; - забрасывание мяча.</p>	<p>поведения при выполнении игр и упражнений.</p> <p><b>Двигательная.</b> Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками. Игра по упрощенным правилам.</p> <p><b>Игровая.</b> Подвижная игра «Передай мяч».</p>	<p>выполнение игровых движений с мячом: перебрасывание мяча друг другу от груди, ведение мяча правой и левой рукой, забрасывание мяча в корзину двумя руками. Закрепление игровых умений игры по упрощенным правилам. Участие в подвижной игре.</p>	<p>- проявляет самостоятельность при выполнении упражнений на развитие ловкости при игре с мячом; - у ребенка сформирована потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>
--	--	---	---	--

3,4                      неделя    (Мониторинг,                      подведение                      итогов)                      Проведение                      подвижных                      игр.

## 2.4 Итоговый мониторинг (модель) освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

### Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (оценка двигательного опыта детей в баллах)

Показатели	Оценка
1. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения	Три балла (отлично)
2. При выполнении простых программных движений (теста) допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат.	Два балла (хорошо)
3. Простые программные движения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от задания.	Один балл (удовлетворительно)

### Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детей 5 - 6 лет

Основные движения	Показатель
Ходьба и бег, равновесие	Ходьба и равновесие с ненапряженным положением туловища и головы. Ходьба на пятках, на носках, в полуприсяде. Ходьба с перешагиванием через предметы (высота 20 – 25 сантиметров), по наклонной доске (высота 35 сантиметров) по шнуру и бревну. Ходьба с поворотами, с кружением, по пенькам, спиной вперед. Бег. На носках, через предметы и между ними, бег в медленном темпе (100метров), в быстром темпе (3раза по 10 метров).
Прыжки	Прыжки на месте, прыжки через 4 - 5 предметов. Прыжки в длину с места - 75 – 80 сантиметров, в высоту – 30 – 35 сантиметров, с разбега в длину – 100 - 110 сантиметров.
Метание, бросание, ловля	Бросание мяча вверх, о землю, ловля – не менее 8раз. Метание предмета на дальность (расстояние 5 - 6 метров), в горизонтальную цель (2 метра), в вертикальную цель (расстояние 2 метра).
Лазание	Ползание на четвереньках между предметами. Подтягивание на скамейке с помощью рук. Подлезание под

	дуги.
--	-------

### Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей 5 - 6 лет

( По данным НМП «Мониторинг в детском саду», Санкт – Петербург, Детство – Пресс, 2011)

Пол	Бег на 10 м, с	Бег на 30 м, с	Бег на рас- стояние , с*	Метани е набивно го мяча, см	Метание мешочка с песком вдаль, м		Прыжок в длину с места, см	Прыжок в высоту с места, см	Статическ ое равновесие , с	Сила кисти рук, кг		Станова я сила, кг
					Правая рука	Левая рука				Правая рука	Левая рука	
Мальчики	2,5- 2,1	9,2- 7,9	-	187 - 270	3,9 - 5,7	2,4 – 4,2	100 - 110	20 - 26	7,0 – 11,8	6 - 9	6 - 8	18 - 25
Девочки	2,7- 2,2	9,8- 8,3	-	138 - 221	3,0 – 4,4	2,5 – 3,5	95 - 104	20 - 25	9,4 – 14,2	6 - 8	5 - 7	14 - 20

\*Расстояние и время пробега на дистанции на выносливость колеблется у детей в больших пределах, поэтому в таблице не приводится.

### Примерный протокол проведения диагностики

Фамилия, имя ребенка	Пол	Основные движения (оценка в баллах)				Средний балл
		№1	№2	№3		
Мальчики						
Андрей С.	м					
Борис К.	м					
Дмитрий Ш.	м					
И т.д.						
Средний балл по группе мальчиков						
Алиса Р.	д					
Маргарита М.	д					
Дарья В.	д					
И т.д.						
Средний балл по группе девочек						
Средний балл по группе						

Этапы совместной деятельности	Содержание деятельности	Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие»	Совместная деятельность педагога, инструктора, детей, выполнение которой приведет к достижению запланированных результатов	Целевые ориентиры (результат)
-------------------------------	-------------------------	--	--	-------------------------------



Мотивационный	Мотивационный этап предполагает ответы на вопросы: - что делать; - зачем, почему это необходимо знать, уметь; - важны ли двигательные умения в повседневной жизни. Содержание двигательной деятельности строится с учетом этих вопросов.			
Организационный (организованная деятельность)	Организационный этап предполагает краткое описание этапов образовательной деятельности, содержание двигательной деятельности по физическому развитию с учетом требований базовой программы образовательной организации.			
Рефлексивный	Обратная связь.			

### 3.Организационный раздел.

#### 3.1 Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса

Задачи	Игрушки	Игровое оборудование	Дидактические материалы	Виды деятельности
1	2	3	4	5
<b>Физическое развитие</b>				
Развитие физических качеств - координации,	кольцеброс	Машины-двигатели, игра - городки, мяч резиновый,	Примечание: для решения	Игровая Коммуникативная

гибкости и др.		мяч с рогами, мяч - попрыгун, набор мягких модулей, , клюшка с двумя мячами в сетке, спортивные мини-центры.	данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала.	Трудовая Двигательная Речевая Познавательно исследовательская - Художественно эстетическая - Физическое развитие
Формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, крупной и мелкой моторики обеих рук, обучение правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)	Кегли, ,кольцеброс	Машины-двигатели, , мяч резиновый, мяч-попрыгун, мяч массажный, обруч пластмассовый, тоннели крупногабаритные, клюшка с двумя мячами в сетке, массажная дорожка, набор теннисный детский (4 предмета), скакалки, обручи, лопаты.		Игровая Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно - исследовательская Художественно - эстетическая Физическое развитие

1	2	3	4	5
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта		Набор для игры в мини-футбол и т.п., набор теннисный детский (4 предмета).	Настольно-печатные игры. Демонстрационный материал типа «Спорт и спортсмены».	Игровая Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно - исследовательская Художественно - эстетическая Физическое развитие
Овладение подвижными	Игра типа	Мяч резиновый, мяч – попрыгун.	Примечание:	Игровая

играми с правилами	«Дартс» и т.п.		для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала	Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно исследовательская - Художественно эстетическая - Физическое развитие
Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	Игра – городки, кольцеброс,	.	Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала	Игровая Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно исследовательская - Художественно эстетическая - Физическое развитие

**Примерное оборудование для занятий по физической культуре для детей 5 – 6 лет**

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений			
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

#### 4.Список литературы

1. Аксенова Н. Формирование двигательной активности. Старший дошкольный возраст//Дошкольное воспитание.№6.-2016.
2. Антонов Ю.Е. «Здоровый дошкольник 21 века», М., 2018 г.
3. Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г. и др. Мониторинг в детском саду. Научно – методическое пособие. Санкт-Петербург «Детство-пресс», 2017
4. Викулов А.Д. «Развитие физических способностей детей», Ярославль, 2016 г.
5. Дегтярев И.П. Физическое развитие. Киев 2017
6. Жуковская Р.И. Игра и ее педагогическое значение. – М., 2019
7. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях // Дошкольное воспитание. 2016, № 9, с. 23-25.
8. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 2015.
9. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М: Просвещение, 2017.
10. Кенеман А.В., Осокина Т.И. «Детские народные подвижные игры», М., 2018г.
11. Кистяковская М.Ю. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. – М: Педагогика, 2016.
12. Л.И. Пензулаева, Физическая культура в детском саду(от рождения до школы)5-6 лет. Мозайка-Синтез. Москва 2020 г.
13. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления».- М., 2018 г.
14. Лайзане С. Я. Физическая культура для малышей: Кн. для воспитателя дет.сада. - М.: Просвещение, 2018. - 160 с.: ил.
15. Литвинова Т.И., «Русские народные подвижные игры», М., 2019 г.
16. Миронова Р.М. Игра в развитии активности детей: Кн.для учителя .- Мн.: Нар. Асвета, 2016.
17. Новоселова С.Л. О новой классификации детских игр//Дошкольное воспитание. – 2018. - №3. – С.84-87.
18. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – Издание 3-е, переработанное. М:Просвещение, 2018.
19. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия с детьми 5 - 6 лет: Пособие для воспитателя дет.сада. - М.: Просвещение, 2019. - 143 с.: ил.
20. Планирование организованной образовательной деятельности воспитателя с детьми (по программе «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой) Издательство «Учитель», Волгоград, 2019.

## 5. Приложение.

### Анкета для родителей «Физическая культура семьи»

1. Ф.И.О., образование \_\_\_\_\_
2. Сколько детей в Вашей семье? \_\_\_\_\_
3. Занимается ли спортом мама? папа? Кто из родителей занимается или Каким? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. В Вашем доме есть ли какой – либо спортивный снаряд? Какой? \_\_\_\_\_
5. Посещает ли Ваш ребенок спортивную секцию? Какую? \_\_\_\_\_
6. Стараетесь ли Вы и ваш ребенок соблюдать режим дня? (ДА, НЕТ) \_\_\_\_\_
7. Как Вы относитесь к занятиям утренней гимнастикой? \_\_\_\_\_
8. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику? (подчеркнуть)  
Мама (да, нет). Папа (да, нет). Дети (да, нет) \_\_\_\_\_
9. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены? \_\_\_\_\_  
(моет руки перед едой, после туалета, умывается, чистит зубы, моет ноги) \_\_\_\_\_
10. Проводите ли Вы дома с детьми закаливающие мероприятия? (ДА, НЕТ) \_\_\_\_\_
11. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада? (ДА, НЕТ, ИНОГДА) \_\_\_\_\_
12. Гуляет ли Ваш ребенок один, без взрослых? (ДА, НЕТ, ИНОГДА) \_\_\_\_\_
13. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:
  - подвижные игры
  - спортивные игры
  - настольные игры
  - чтение книг
  - просмотр телепередач
  - компьютерные игры
  - рисование, конструирование
  - занятия музыкой, танцами
  - другое: \_\_\_\_\_

СПАСИБО ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!