

Принято на пед.совете
МБДОУ № 143
Протокол № 68
от « 2 » 08 2020 г.

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 143»
Краснощ Е.А.
Приказ № 81 от « 31 » 08 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад № 143 комбинированного вида»
Советского района г.Казани

г.Казань

СОДЕРЖАНИЕ

	Введение	3
	Целевой раздел	4
I	<u>Пояснительная записка.</u>	4
1.1	Цели и задачи Программы.	5
1.2	Принципы и подходы к формированию Программы.	6
1.3.	Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста,	7
1.4	<u>Планируемые результаты освоения программы (целевые ориентиры)</u>	12
1.4.1	Целевые ориентиры образования в дошкольном возрасте.	12
1.4.2	Показатели результативности реализации программы.	15
II.	Содержательный раздел.	15
2.1	<u>Описание образовательной деятельности.</u>	15
2.2	Способы поддержки детской инициативы	29
2.3	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	31
2.4	<u>Содержание коррекционной работы</u>	35
2.5.	Реализация национально – регионального компонента	35
III.	Организационный раздел.	37
3.1	<u>Материально – техническое обеспечение Программы</u>	37
3.2	Организация режима дня и распорядок ДОУ	38
3.2.1	Организация и модель двигательного режима	41
3.3	<u>Перечень нормативных и нормативно-методических документов.</u>	43
3.4	<u>Перечень литературных источников</u>	44
3.5	<u>Перспективное планирование деятельности.</u>	46
IV	Приложения	

Введение.

Современная жизнь ставит перед нами много проблем. Самой актуальной из них является проблема сохранения здоровья. Особо остро она стоит в образовательной области, поскольку лишь здоровые дети в состоянии усваивать полученные знания должным образом. Большая умственная нагрузка ведёт к уменьшению двигательной активности, а это в свою очередь способствует утрате потенциальных источников развития ребёнка, росту детской заболеваемости. По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений; состояние полного телесного, душевного и социального благополучия. Научно доказано, что здоровье человека на 15 % зависит от наследственности, на 10 % — от состояния медицинского обслуживания, на 25 % — от окружающей среды и на 50 % — от образа жизни. Поэтому важно так сформировать образ жизни детей, чтобы у них была постоянная потребность в сохранении собственного здоровья и поддержании высокой работоспособности.

Сегодняшние дошкольники – это тот огромный потенциал, который будет определять развитие нашей страны во второй половине 21 века. Уже ставшие привычными тревожные данные о системном ухудшении состояния здоровья детей дошкольного возраста, понижения уровня их физической подготовленности, наводят на мысль о приоритетности мероприятий, связанных с охраной и укреплением здоровья ребенка, повышением его функциональных возможностей, физических кондиций. Отсюда следует, что система физического воспитания детей дошкольного возраста в современных условиях работает недостаточно эффективно, и вызывает потребность в ее совершенствовании. Внедрение в образовательную область «Физическое развитие» инновационных процессов не вызывает сомнения, а изменения, происходящие сегодня в системе образования, дают возможность находить свой путь, модифицируя как классические, так и новейшие методики в зависимости от конкретных условий.

Дошкольный возраст является периодом наиболее стремительного развития человека, периодом формирования его физических и психических качеств, необходимых в течение всей последующей жизни. В это время закладываются основы здоровья, жизненно важные двигательные навыки и умения. Поэтому именно в период дошкольного детства необходимо научить ребёнка бережно относиться к своему здоровью, помочь ему гармонично развиваться, расти крепким и здоровым.

Система физического воспитания нашего МБДОУ представляет собой единство целей, задач, средств, форм и методов работы, направленных на формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Физическое воспитание как система мероприятий, направленных на развитие растущего организма ребенка, его функций, является приоритетной для всей воспитательной работы с детьми в ДОУ.

Условия реализации программы

Программа рассчитана на реализацию в условиях учреждения МБДОУ «Детский сад № 143» для детей дошкольного возраста.

Продолжительность реализации рабочей программы – 1 год.

Условия для реализации занятий: групповые занятия проводятся в спортивном зале, на воздухе (в теплый период). Индивидуальные и подгрупповые могут приводиться в спортивном зале, групповом помещении, на свежем воздухе.

I. Целевой раздел образовательной программы

1. Пояснительная записка.

Полное наименование:

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 143 комбинированного вида» Советского района г. Казани обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям – физический оздоровительный, художественно-эстетическое. Программа обеспечивает достижение воспитанниками готовности к школе.

Сокращенное наименование: МБДОУ «Детский сад № 143 комбинированного вида».

Место нахождения Учреждения: Республика Татарстан, г.Казань, пр.Альберта Камалеева, 12А.

Фактический адрес: Республика Татарстан, г.Казань, пр.Альберта Камалеева, 12А.

Место регистрации: г.Казань,

Юридический адрес: 4 20081, г.Казань, пр.Альберта Камалеева, 12А.

Почтовый адрес: 420081, г.Казань, пр.Альберта Камалеева, 12А. Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 143 комбинированного вида» Советского района г.Казани расположено по адресу: 420081, г.Казань, пр.А.Камалеева, 12А, тел./факс 8(843)222-54-08, 8(843)222-54-07, функционирует с 2010 года.

Учреждение организует работу по следующим направлениям:

- раннее изучение английского языка;
- художественно-эстетическое развитие;
- физкультурно - оздоровительная работа.

Рабочая программа (далее Программа) инструктора по физической культуре составлена на основе Основной образовательной программы МБДОУ «Детский сад № 143» (далее - ООП) Рабочая программа является нормативным документом образовательного учреждения, характеризующим систему организации образовательной деятельности педагога в рамках образовательных областей ФГОС дошкольного образования. Программа построена с учётом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей 3-7 лет. Создание индивидуальной педагогической модели образования осуществляется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура.

Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в МБДОУ, возрастных особенностей воспитанников, с учетом требований ФГОС ДО.

Содержание Программы в соответствии с требованиями Стандарта включает три основных раздела: целевой, содержательный, организационный.

Целевой раздел включает в себя пояснительную записку и планируемые результаты освоения программы.

Пояснительная записка раскрывает:

- цели и задачи реализации Программы;
- принципы и подходы к формированию Программы;
- характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования ФГОС ДО к целевым ориентирам в обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.

Содержательный раздел представляет общее содержание Программы, обеспечивающее полноценное развитие личности детей.

Содержательный раздел Программы включает:

- описание образовательной деятельности в области «Физическое развитие»;
- планирование, развитие, формирование двигательной деятельности у дошкольников;
- основные формы совместной деятельности взрослых и детей.

Организационный раздел содержит описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими рекомендациями и средствами обучения и воспитания, организацию режима пребывания детей в образовательном учреждении, мониторинг освоения Программы.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений направлена: на проектирование социальных ситуаций развития ребенка с использованием средств национальной культуры, обеспечивающих успешную социализацию, мотивацию, поддержку индивидуальности детей через общение на языке татарского народа, в том числе с представителями других национальностей, народную игру, познание родного края и другие формы активности.

1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель:

1. гармоничное физическое развитие;
2. формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой;
3. формирование основ здорового образа жизни.

Вариативная часть:

1. формирование интереса и ценностного отношения к национально-культурным традициям и особенностям физического развития в Республике Татарстан.

Задачи:

1) Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
- всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- повышение работоспособности и закаливание.

2) Образовательные:

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

3) Воспитательные:

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

Вариативная часть:

1. Овладение ребенком элементарными знаниями о национальных изделиях, спортивных командах, национальных играх и видах спорта, лечебно-профилактических и спортивных комплексах Республики Татарстан.

Направления физического развития:

Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:

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

1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

При организации воспитательно – образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму». Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет легко вводить региональный компонент, учитывать специфику дошкольного учреждения.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

Одной теме следует уделять не менее одной недели.

Принципы физического развития:

1) Дидактические:

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

2) Специальные:

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

3) Гигиенические:

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

Методы физического развития:

1) Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

2) Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

3) Практические:

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме.

Основными приоритетными направлениями в деятельности образовательного учреждения являются:

- Реализация модели образования, основанную на общечеловеческих ценностях воспитания и обеспечивающую формирование социальной компетентности дошкольника.
- Сохранение здоровья воспитанников, снижение детской заболеваемости, создание здоровьесберегающей образовательной среды.
- Удовлетворение индивидуальных потребностей развития ребенка.
- Укрепление преемственности и единства требований ДООУ и семьи, активное вовлечение родителей в совместный процесс социального становления ребенка.

Программа основывается на положениях:

- 1) фундаментальных исследований отечественной научной психолого-педагогической школы о закономерностях развития ребенка дошкольного возраста;
- 2) научных исследований, практических разработок и методических рекомендаций, содержащихся в трудах ведущих специалистов в области современного дошкольного образования;
- 3) действующего законодательства, иных нормативных правовых актов, регулирующих деятельность системы дошкольного образования.

1.3. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет.

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга, Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми

сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться. В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы.

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

Возрастные особенности детей 4 - 5 лет.

В игровой деятельности детей 4-5 лет появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание. Начинает развиваться образное мышление.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие,

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая

структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится вне ситуативной.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эксцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками.

Занятия являются основной формой обучения. Задания, которые дают детям, более сложные. Они требуют сосредоточенности и осознанности действий, хотя до какой-то степени сохраняется игровой и развлекательный характер обучения. В этом возрасте у ребенка возникают первые эстетические чувства.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы.

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок прodelывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Возрастные особенности детей 5 - 6 лет

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» - зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т.д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни. Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием. Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение приобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы.

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаются освоить то, что не получается. При

этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Возрастные особенности детей 6-7 лет

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т.д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер общения, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

В результате правильно организованной образовательной работы дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

Особенности физического развития у детей данной возрастной группы.

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению

пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.4 Планируемые результаты освоения Программы

1.4.1. Целевые ориентиры образования в дошкольном возрасте.

Образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений,
- направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не 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 и др.).

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. Различает и называет органы чувств (глаза, рот, нос, уши), имеет представление об их роли в организме.
2. Имеет представление о полезной и вредной пище.
3. Имеет представление о здоровом образе жизни: знает значение утренней зарядки, закаливания, упражнений, укрепляющих различные органы и системы организма; сформировано умение сообщать о своем самочувствии взрослым.

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. Бегают свободно, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.

2. Строится в колонну по одному, шеренгу, круг, находит свое место при построениях.
3. Отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте с продвижением вперед; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места
4. Отталкивает мячи при катании, бросании; ловит мяч двумя руками одновременно.
5. Сохраняет правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Начальные представления о некоторых видах спорта:

1. Знаком с некоторыми видами спорта.
2. Играет в подвижные игры, выполняет упражнения
3. Катается на санках, трехколесном велосипеде
4. Надевает и снимает с помощью взрослого лыжи, ходит на них, ставит лыжи на место.

Подвижные игры:

1. Реагирует на сигнал «беги», «лови», «стой» и др.; выполняют правила в подвижных играх.
2. Проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
3. Развита навыки лазанья, ползанья, ловкость, выразительность и красота движений.
4. Ориентируется в играх с более сложными правилами со сменой видов движений.
5. Соблюдает элементарные правила, согласовывает движения, ориентируется в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. Знает части тела и органы чувств, их значение для жизни и здоровья человека.
2. Имеет представление о здоровом образе жизни
3. Умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием.
4. Умеет оказывать себе элементарную помощь при ушибах, при необходимости обращаются за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. Сформирована правильная осанка.
2. Ходит и бежит с согласованными движениями рук и ног; бежит легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком;
3. Ползает, пролезает, подлезает, перелезает через предметы. Перелезает с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
4. Энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентируется в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места сочетает отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняют равновесие. Выполняет прыжки через короткую скакалку.
5. Принимает правильное исходное положение при метании, отбивает мяч о землю правой и левой рукой, бросает и ловит его кистями рук (не прижимая к груди).
6. Развита организованность, самостоятельность, инициативность, умеет поддерживать дружеские отношения со сверстниками.

Начальные представления о некоторых видах спорта:

1. Имеет представление о некоторых видах спорта.
2. Катается на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.
3. Ходит на лыжах скользящим шагом, выполняет повороты, поднимается на гору.
4. Участвует в построении, соблюдает дистанцию во время передвижения; развиты психофизические качества: быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Подвижные игры:

1. Выполняет ведущую роль в подвижной игре, осознанно относится к выполнению правил игры.
2. Проявляет активность в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
3. Развита быстрота, сила, ловкость, пространственная ориентировка.
4. Выполняет действия по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. Имеет представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма, о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
2. Имеет представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения);
3. Проявляет интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. Сформирована правильная осанка; осознанно выполняет движения.
2. Развита быстрота, сила, выносливость, гибкость.
3. Легко ходит, бегает, отталкивается от опоры.
4. Лазают по гимнастической стенке, меняя темп.
5. Прыгает в длину, в высоту с разбега, правильно разбегается, отталкивается и приземляется в зависимости от вида прыжка, прыгает на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохраняет равновесие при приземлении.
6. Сочетает замах с броском при метании, подбрасывает и ловит мяч одной рукой, отбивает его правой и левой рукой на месте и ведет при ходьбе.
7. Помогает взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Начальные представления о некоторых видах спорта:

1. Имеет представление об истории олимпийского движения.
2. Соблюдает технику безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
3. Ходит на лыжах скользящим шагом, поднимается на склон, спускается с горы.
4. Катается на двухколесном велосипеде, самокате, отталкиваясь одной ногой (правой, левой), ориентируется в пространстве.
5. Играет в спортивные игры, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты.
6. Проявляет интерес к различным видам спорта, к спортивным играм и упражнениям, проявляет инициативу и творчество.

Подвижные игры:

1. Способен самостоятельно организовать знакомые подвижные игры, проявляет инициативу и творчество.
2. Стремится участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетам.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Становление ценностей здорового образа жизни:

1. Соблюдает принципы рационального питания.

2.Имеет представление об активном отдыхе, о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура

Обеспечение гармоничного физического развития:

1. Сохраняет правильную осанку в различных видах деятельности.
- 2.Соблюдает заданный темп в ходьбе и беге, сочетает разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега; выполняет активные движения кисти руки при броске.
- 3.Перелазит с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. быстро перестраивается на месте и во время движения, равняется в колонне, шеренге, кругу; выполняет упражнения ритмично, в указанном темпе;
4. Развита психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.
5. Развита координация движений и ориентировка в пространстве.

Начальные представления о некоторых видах спорта:

1. Проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
- 2.Самостоятельно следит за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвует в уходе за ними.
- 3.Проявляет выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Подвижные игры:

1. Использует разнообразные подвижные игры (в том числе с элементами соревнования).
- 2.Самостоятельно организует подвижные игры, придумывает собственные игры, варианты игр, комбинирует движения, справедливо оценивает свои результаты и результаты товарищей.
- 3.Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

1.4.2 Показатели результативности реализации программы.

При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

Данные о результатах обследования заносятся в таблицу, анализ которой позволяет оценить эффективность образовательной программы и организацию образовательного процесса в целом.

II. Содержательный раздел программы

2.1 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка.

2 младшая группа

Задачи педагога:

- Продолжать сохранять и укреплять здоровье детей;

- Учить детей согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп;
- Учить детей реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним;
- Учить детей самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя выполнять физические упражнения;
- Принимать активное участие в подвижных играх;
- Направленно развивать скоростно-силовые качества детей.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.

Основные движения

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

Бег. Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке.

Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

Катание, бросание, метание. Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель - двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ногу в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмета

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение. «Поезд», «Зайка», «Флажок».

Средняя группа.

Задачи педагога:

- Учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнения;
- Добиваться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений (общеразвивающие упражнения, основные движения, спортивные упражнения);
- Приучать детей оценивать движения сверстников и замечать их ошибки;
- Соблюдать и контролировать правила в подвижных играх;
- Побуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений;
- Закреплять умения по ориентировке в пространстве;
- Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества (преимущественно на основе силовых упражнений).

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым или левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно

через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками: из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному; в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

Спортивные упражнения

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Проходить на лыжах до 500м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

Подвижные игры

Сбегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается»

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котят и щенят»

С бросанием и ловлей. «Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и др.

Татарские народные игры: «Кисонька», «Овощи», «Гуси-лебеди», «Серый волк».

Старшая группа

Задачи педагога:

- Добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения детьми всех видов движений;
- Учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;
- Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- Воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности;
- Целенаправленно развивать быстроту и общую выносливость.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом) с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед - другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов - поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой - 20 см, прыжки с высоты 30

см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, тую трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне - на вытянутые руки вперед, в шеренге - на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением,

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ногу к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом». «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с пол-уклона (2-3 м) и кона (5-6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении. закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах,

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные наученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Татарские народные игры: «Колечко», «Так, да и нет...», «Маляр и краски», «летели, летели»

Подготовительная к школе группа

Задачи педагога:

- Добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;
- Закреплять умения в анализе движений (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений других детей, элементарное планирование);
- Закреплять умения в самостоятельной организации игр и упражнений со сверстниками и малышами;
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
- Закреплять правила и двигательные умения в спортивных играх и упражнениях;
- Целенаправленно развивать ловкость движений.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприсяде. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической

скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2 - 4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 - 5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3 - 4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6 - 8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, построение в круг; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.

Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в

стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх - в стороны из положения руки к плечам(руки из-за головы): наклоняться вперед, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, переноса массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т.п.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх - эстафетах с санками.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. **Игры на лыжах.** «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Ездить на двух колесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4 - 5 фигур. Выбивать городки с полу уклона при наименьшем количестве бросков бит.

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

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков - на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон. Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Правильно держать ракетку. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену. Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

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

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно», «Лапта».

Татарские народные игры: «Нас было 12 девочек», «Тимербай», «Хромая лиса».

Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий для двигательной активности детей:

- Гибкий режим.
- Занятия по подгруппам.
- Создание условий (оборудование спортзала, спортивных уголков в группах, спортивный инвентарь).
- Индивидуальный режим пробуждения после дневного сна.

2. Система двигательной деятельности + система психологической поддержки:

- Утренняя гимнастика.
- Прием детей на улице в теплое время года.
- Физкультурные занятия.
- Музыкальные занятия.
- Двигательная активность на прогулке. - Физкультура на улице.
- Подвижные игры.
- Динамические паузы на занятиях.
- Гимнастика после дневного сна.
- Физкультурные досуги, забавы, игры. - Спортивно-ритмическая гимнастика.
- Игры, хороводы, игровые упражнения.
- Оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы. - Психогимнастика.

3. Система закаливания:

- Утренний прием на воздухе в теплое время года.
- Облегченная форма одежды.
- Ходьба босиком в спальне до и после сна.
- Одностороннее проветривание во время сна (+17С, +19С).
- Воздушные ванны.
- Обширное умывание.
- Полоскание рта.
- Кислородный коктейль.

4. Организация рационального питания:

- Организация второго завтрака (соки, фрукты).

- введение овощей и фруктов в обед и полдник.
- Строгое выполнение норм питания.
- Соблюдение питьевого режима.
- Гигиена приема пищи.
- Индивидуальный подход к детям во время приема пищи.
- Правильность расстановки мебели.

5. Диагностика уровня физического развития, состояния

здоровья: - Диагностика уровня физического развития.

- Диспансеризация детей с привлечением врачей детской поликлиники.
- Диагностика физической подготовленности к обучению в школе.
- Обследование психоэмоционального состояния детей психологом.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1	2	3	4
Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованным и, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела,	Формировать правильную осанку. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места	Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в	Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию и

<p>правильную осанку. Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной активности. Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.</p>	<p>формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу. Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.</p>	<p>зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.</p>	<p>ориентировку в пространстве. Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Упражнять в перелезании с пролета на пролет с гимнастической стенки по диагонали.</p>
---	--	---	--

Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1	2	3	4
<p>Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке. Развивать стремление</p>	<p>Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений. Развивать и</p>	<p>Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений. Воспитывать</p>	<p>Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие</p>

играть в подвижные игры простым содержанием, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способствующее совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание). Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т.п.).	совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках. Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги продолжительностью 25-30 минут; два раза в год - физкультурные праздники продолжительностью до 1 часа. Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.	способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол). Проводить один раз в месяц физкультурные досуги продолжительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью до 1 часа.
---	---	--	---

Здоровьесберегающие технологии, реализуемые в ДОУ

№	Виды	Особенности организации
Медико-профилактические		
Закаливание в соответствии с медицинскими показаниями		
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Все группы ежедневно

2.	хождение по ребристым дорожкам после сна	Все группы ежедневно
3.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
<i>Профилактические мероприятия</i>		
1.	витамиотерапия	2 раза в год (осень, весна)
2.	витаминация 3-х блюд	Ежедневно
3.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	Ежедневно
5.	чесночные бусы	осенне-зимний период
<i>Медицинские</i>		
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	по возрасту
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	организация и контроль питания детей	Ежедневно
<i>Физкультурно- оздоровительные</i>		
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	Ежедневно
2.	зрительная гимнастика	Ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	Ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	Ежедневно
8.	динамические паузы	Ежедневно
9.	релаксация	2-3 раза в неделю
10.	музотерапия	Ежедневно
<i>Образовательные</i>		
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	Ежедневно
2.	формирование двигательных умений и навыков	Ежедневно
	развитие физических качеств	Ежедневно
3.	овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья	Ежедневно
<i>Воспитательные</i>		
1.	формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями	Ежедневно
2.	разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).	Ежедневно
<i>Вариативная часть</i>		
1.	овладение ребенком элементарными знаниями о национальных изделиях, спортивных командах, национальных играх и видах спорта, лечебно-профилактических и спортивных комплексах Республики Татарстан	Ежедневно

Интеграция образовательных областей

Чем младше ребенок, тем менее дифференцированно его развитие. Наиболее эффективно образовательные задачи решаются в том случае, когда педагог целенаправленно использует интегративный подход при организации образовательного процесса.

Поясним принцип интеграции образовательных областей на примере физического развития.

Согласно принципу интеграции, физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

Педагогу следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности (не просто ответ на вопрос, а ответ и хлопок, ответ и передача мяча и пр.). Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

С другой стороны, в процессе образовательной деятельности по физическому развитию следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем («Безопасность»);
- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников («Социализация»);
- участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования («Труд»);
- активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений (из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни («Познание»);
- проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой («Коммуникация»);
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек («Чтение художественной литературы»);
- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и воспитателя, оформления помещения; использование на занятиях физкультурой Изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр («Художественное творчество»);
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера («Музыка»).

Аналогично реализуется интегративный подход при решении образовательных задач по остальным образовательным направлениям: социально-личностному, познавательно речевому, художественно-эстетическому.

2.2 Способы поддержки детской инициативы в освоении Программы

3-4 года

Приоритетная сфера инициативы — продуктивная деятельность

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

- Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка.
- Рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.
- Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей.

- Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу.
- Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей.
- Поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости.
- В ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе.
- Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Использовать в роли носителей критики только игровые персонажи, для которых создавались эти продукты. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности.
- Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.
- Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков.
- Создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; проявлять деликатность и тактичность.

4-5 лет

Приоритетная сфера инициативы — познание окружающего мира

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

- Поощрять желание ребенка строить первые собственные умозаключения, внимательно выслушивать все его рассуждения, проявлять уважение к его интеллектуальному труду.
- Создать условия и поддерживать театрализованную деятельность детей, их стремление переодеваться («рядиться»).
- Обеспечить условия для музыкальной импровизации, пения и движений под популярную музыку.
- Создать в группе возможность, используя мебель и ткани, строить «дома», укрытия для игр.
- Негативные оценки можно давать только поступкам ребенка и только один на один, а не на глазах у группы.
- Недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть; навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность.
- Участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения роли также определяется детьми.
- Привлекать детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения.
- Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых.
- Привлекать детей к планированию жизни группы на день.

5-6 лет

Приоритетная сфера инициативы — вне ситуативно – личностное общение

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

- Создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку.
- Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.
- Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу).
- Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.
- Привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать выбор спектакля для постановки, песни, танца и т.п.
- Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

6-8 лет

Приоритетная сфера инициативы — научение

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

- Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта.
 - Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание; совершенствование деталей и т.п. Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении новым видам деятельности.
 - Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.
 - Обращаться к детям с просьбой показать воспитателю и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
 - Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами.
 - Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.
 - При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.
 - Привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовывать их пожелания и предложения.
 - Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.
- 2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

2.3 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Формы работы с детьми

Воспитательно-образовательный процесс может быть условно подразделен на:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой,

познавательной-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) (далее по тексту — «организованная образовательная деятельность»);

- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;

• взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы. Построение образовательного процесса должно основываться на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащённости дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения, от опыта и творческого подхода педагога.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно игровые, сюжетные и интегрированные формы образовательной деятельности. Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности.

В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера. В практике используются разнообразные формы работы с детьми.

Содержание	возраст	ООД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность
<p>1.Основные движения: ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2.Общеразвивающие упражнения</p> <p>3.Подвижные игры</p> <p>4.Спортивные упражнения</p> <p>5.Активный отдых</p> <p>6. Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p> <p><u>Вариативная часть:</u></p> <p>1.национальные подвижные игры</p> <p>2. национальные игры с элементами соревнований</p> <p>3. формирование представлений о национальных изделиях</p>	3-5 лет, 2 мл, средняя группы	<p>ООД по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее <p>В ООД по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> -тематические комплексы -сюжетные -классические -с предметами - <p>подражательный комплекс</p> <p>Физ.минутки</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения</p>	<p>Утренний отрезок времени</p> <p>Индивидуальная работа воспитателя</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая -сюжетно-игровая -тематическая -полоса препятствий <p>Подражательные движения</p> <p>Прогулка</p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Проблемная ситуация</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коррекционная -оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий <p>Физкультурные упражнения</p> <p>Коррекционные упражнения</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Игра</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Сюжетно-</p>

			Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья (ср. гр.) Дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал	ролевые игры
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2.Общеразвивающие упражнения</p> <p>3.Подвижные игры</p> <p>4.Спортивные упражнения</p> <p>5.Спортивные игры</p> <p>6.Активный отдых</p> <p>7. Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p> <p><u>Вариативная часть:</u></p> <p>1.национальные подвижные игры</p> <p>2. национальные игры с элементами соревнований</p> <p>3.формирование представлений о спортивных командах и комплексах РТ</p> <p>4.формирование представлений о лечебно- профилактических здравницах и санаториях РТ</p> <p>5.формирование представлений о национальных</p>	5-7 лет, старшая и подгот. к школе группы	<p>ООД по физическому воспитанию: - сюжетно- игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества) В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс - подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические паузы Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр</p> <p>Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья</p>	<p>Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая -аэробика (подгот. гр.) Подражательные движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход (подгот. гр.) Вечерний отрезок времени, включая прогулку Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья. Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.</p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p> <p>Дидактические, сюжетно- ролевые игры</p>

изделиях				
----------	--	--	--	--

Формы взаимодействия с семьями воспитанников.

Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДООУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами.

1. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.
2. Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья.
3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДООУ и семье: зоны физической активности, закаливающие процедуры, оздоровительные мероприятия и т.п.
4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.
6. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.
7. Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДООУ.
8. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
9. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.
10. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
11. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДООУ с медицинскими учреждениями.
12. Организация консультативного пункта для родителей в ДООУ для профилактики и коррекции ранних осложнений в состоянии здоровья ребёнка.
13. Подбор и разработка индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия, осанки, зрения и т.д. с целью регулярного выполнения дома и в ДООУ.
14. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.
15. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.
16. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей для дальнейшего построения воспитательно - образовательного процесса. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.
17. Определение и использование здоровьесберегающих технологий.

Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДООУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДООУ и уважению педагогов.

2.4. Содержание коррекционной работы

Нарушения речи у большинства детей носят характер, общего недоразвития речи в различной степени для которого характерно:

- нарушения звукопроизношения;
- недоразвитие фонематического восприятия и фонематического анализа;
- аграмматизмы, проявляющиеся в сложных формах словоизменения;
- нарушения словообразования;
- недостаточная сформированность связной речи;

Поэтому логопедическое воздействие должно быть направлено на речевую систему в целом, а не только на один изолированный дефект.

Принципы, определяющие построение, реализацию программы и организацию работы по ней:

гуманизм - вера в возможности ребенка, субъективный, позитивный подход;

системность - рассмотрение ребёнка как целостного, качественного своеобразного, динамично развивающего субъекта; рассмотрение его речевых нарушений во взаимосвязи с другими сторонами психического развития;

реалистичность - учёт реальных возможностей ребёнка и ситуации, единства диагностики и коррекционно-развивающей работы;

деятельностный подход - опора коррекционно - развивающей работы на ведущий вид деятельности, свойственный возрасту;

индивидуально - дифференцированный подход - изменение содержания, форм и способов коррекционно - развивающей работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, целей работы;

системность подхода - взаимосвязь коррекционно-развивающих воздействий на звукопроизношение, фонематические процессы, лексику и грамматический строй речи.

2.5 Реализация национально-регионального компонента

Благодаря Концепции модернизации российского образования появляются новые парадигмы образования, в том числе активно развивается внедрение Федеральных государственных образовательных стандартов образования, в которых предусмотрено не только: расширение возможностей развития личностного потенциала и способностей каждого ребенка дошкольного возраста; обеспечение условий здорового образа жизни и безопасности ребенка; реализация вариативных образовательных программ; соблюдение прав ребенка, родителей и других участников образовательного процесса, но и развитие интереса и мотивации детей к познанию мира и творчеству, а также приобщение детей через соответствующие их индивидуально-возрастным особенностям виды деятельности к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

В основе реализации данных задач лежит системно-деятельностный подход, который предполагает воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения российского гражданского общества на основе принципов толерантности, диалога культур и уважения его многонационального, полилингвального, поликультурного и поликонфессионального состава.

Решение данной проблемы возможно при условии реализации концепции поликультурного образования - важной части современного образования, в том числе и дошкольного, способствующая усвоению детьми знаний о других культурах, уяснению

общего и особенного в традициях, образе жизни, культурных ценностях народов разных национальностей.

Сейчас курс обучения дошкольников татарскому языку взят на формирование коммуникативной компетенции.

Изучая язык и культуру другого народа, дети усваивают образ мира, видят окружающую действительность несколько иначе, чем представляли до общения на языке носителей иноязычной культуры, т.к. язык является хранителем национальной культуры. Как и любому другому языку, татарскому языку следует обучать не только как способу выражения своих мыслей, чувств, но и как источнику получения сведений о культуре татарского народа. Живой интерес к татарскому языку возникает у старших дошкольников, когда во время обучения параллельно вводятся материалы по истории и культуры татарского народа. Такой подход имеет большое воспитательно-этическое значение для изучающих неродной язык и приводит к диалогу культур, гармоничному сосуществованию народов разных национальностей.

Республика Татарстан – один из многонациональных регионов Российской Федерации. В Законе Республики Татарстан «Об образовании» четко определена необходимость обеспечения гуманистического, развивающего, народно-национального характера образования, связь воспитания и обучения с жизнью и национальными культурными традициями.

Данное приложение составлено с учетом национальных и региональных особенностей Республики Татарстан, который предусматривает следующие направления деятельности:

- Приобщение к истокам национальной культуры народов, населяющих Республику Татарстан. Предоставление каждому ребенку возможность обучения и воспитания на родном языке, формирование у детей основ нравственности на лучших образцах национальной культуры, народных традициях и обычаях.
- Создание благоприятных условий для воспитания толерантной личности – привития любви и уважения к людям другой национальности, к их культурным ценностям.
- Ознакомление с природой родного края, формирование экологической культуры.
- Ознакомление детей с особенностями жизни и быта народов, населяющих Республику Татарстан, праздниками, событиями общественной жизни республики, символика РТ и РФ, памятниками архитектуры, декоративно-прикладным искусством.

Необходимыми условиями в физическом развитии детей с учетом региональных климатических и сезонных особенностей являются:

- создание условий в дошкольном образовательном учреждении;
- развитие потребности в двигательной активности детей при помощи подвижных народных (татарских, русских, чувашских, мордовских, марийских, башкирских, удмуртских), спортивных игр, физических упражнений, соответствующих их возрастным особенностям;
- осуществление комплекса профилактических и оздоровительных работ с учетом специфики ДОУ города Казани;
- совершенствование физического развития детей через национальные праздники, народные игры.

III. Организационный раздел.

3.1 Материально-техническое обеспечение программы

№.	Наименование имущества	Количество
1.	Ноутбук	1
2.	Термометр комнатный	1
3.	Часы настенные	1
4.	Ковер	1

№	Пособия и оборудование	Количество
1	Стенка гимнастическая	2
2	Тележка деревянная для инвентаря	2
3	Доска ребристая	2
4	Доска	2
5	Скамейка гимнастическая	5
6	Набор дуг	1
7	Гимнастическое бревно напольное	1
8	Туннель	1
9	Мат	2
10	Скакалка	15
11	Палка гимнастическая	30
12	Обруч	20
13	Стойка деревянная	1
14	Летающая тарелка	8
15	Мяч массажный	10
16	Канат	1
17	Мяч большой	13

18	Мяч малый	8
19	Мешок с песком	50
20	Кегля пластмассовая Набор	2
21	Кирпичи-блоки	4
23	Гантели	35
24	Флажки	40
25	Кольцеброс	8
26	Удав	1
27	Тропа здоровья	3
28	Набор модулей	2
29	Мишень для метания	2
30	Маски для подвижных игр	
31	Кольцо	25
32	Шар	50
33	Кубик	23

3.2 Организация режима дня и распорядка в ДОУ

Режим работы МБДОУ «Детский сад № 143»: пятидневная рабочая неделя.

Режим работы групп МБДОУ «Детский сад № 143»: 6 групп 10,5 час. пребыванием, режимом работы (с 07.30 до 18.00 ч.).

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

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

Организация режима дня.

При проведении режимных процессов в детском саду придерживается следующих **правил**:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании)

- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности
- формирование культурно-гигиенических навыков
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Общий режим для воспитанников.

На холодный период – 10,5 часов

Режимные процессы	Время
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
Самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность	9.00-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.05.-12.35
Если погодные условия не позволяют прогулку по СанПину (в группе или в спортивном, музыкальном зале организуется развивающие дидактические, и подвижные игры, показ мультфильмов) При карантине все специалисты на занятия заходят сами.	
Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические навыки	12.20-12.45
Подготовка к обеду, обед	12.00-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, полдник	15.00-15.10
Организованная образовательная деятельность, самостоятельная деятельность	15.10-15.45
Подготовка к ужину, ужин	15.40-16.00
Кружки, развивающие игры, прогулка, постепенный уход детей домой	16.00-18.00

На теплый период – 10,5 часов

Режимные процессы	Время
Прием на воздухе, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.30-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка, совместная деятельность, игры, наблюдения, труд, воздушные и солнечные процедуры	9.00-12.30
Если погодные условия не позволяют прогулку по СанПину (в группе или в спортивном, музыкальном зале организуется развивающие дидактические, и подвижные игры, показ мультфильмов)	
Возвращение с прогулки, игры, гигиенические процедуры	12.20-12.45
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, полдник	15.00-15.10

Самостоятельная деятельность детей	15.10-15.30
Подготовка к ужину, ужин	15.30-15.50
Прогулка, развивающие игры, постепенный уход домой	15.50-18.00

Основные принципы построения режима дня:

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
- соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОО для каждой возрастной группы определен свой режим дня.
- организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года.

Прием пищи.

Важно помнить, что дети едят с разной скоростью, поэтому надо дать им возможность принимать пищу в своем темпе.

Недопустимо, чтобы дети сидели за столом в ожидании еды или после ее приема — это способствует утомлению.

Прогулка.

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья детей и профилактики утомления. На прогулке они могут удовлетворить свою потребность в двигательной активности (в самостоятельных и организованных подвижных, спортивных играх и упражнениях).

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 – 4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий: при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с рекомендуется сокращать. Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую и во вторую половину дня.

Дневной сон.

Правильное чередование сна и бодрствования способствует нормальной психической деятельности, особенно в дошкольном возрасте. Быстрому засыпанию и глубокому сну способствуют разнообразная активная деятельность детей во время бодрствования; спокойные занятия, снимающие перевозбуждение, перед отходом ко сну. В помещении, где спят дети, следует создать спокойную, тихую обстановку. Постоянный приток свежего воздуха в спальное помещение также способствует спокойному и глубокому сну. Общая продолжительность дневного сна для детей дошкольного возраста – 2 – 2,5 часа. Во время сна детей присутствие воспитателя в спальне обязательно.

Планирование образовательной деятельности при работе по пятидневной неделе

Организованная образовательная деятельность

Базовый вид деятельности	Периодичность			
	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Группа				

Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на прогулке	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Познавательное развитие	2 раза в неделю	2 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю
Развитие речи	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	2 раза в неделю
Рисование	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Лепка	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели
Аппликация	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели
Музыка	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Татарский язык			2 раза в неделю	2 раза в неделю
Итого	10 занятий в неделю	10 занятий в неделю	14 занятий в неделю	15 занятий в неделю
Продолжительность НОД (СанПиН 2.4.1.3049-13)	Не более 15 минут	Не более 20 минут	Не более 25 минут	Не более 30 минут
Максимально допустимый объем образовательной нагрузки (СанПиН 2.4.1.3049-13)	30 минут в первую половину дня	40 минут в первую половину дня	45 минут в первую половину дня/25 минут во вторую половину дня	1,5 часа в первую половину дня/30 минут во вторую половину дня
Перерывы между периодами НОД	Не менее 10 минут			

3.2.1 Организация и модель двигательного режима

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Младшая группа	Средние группы	Старшая группа	Подготовит. группы
Организованная деятельность		6 часов в неделю	8 часов в неделю	
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8- 10 минут	10- 12 минут
Дозированный бег		3-4 минуты	5-6 минут	7-8 минут
Упражнения после дневного сна	5- 10 минут	5- 10 минут	5-10 минут	5-10 минут
Подвижные игры	не менее 2-4 раз в день			
	6-8 минут	10-15 минут	15-20 минут	15- 20 минут
Спортивные игры		Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
		8-12 минут	8-15 минут	8-15 минут
Физкультурные	Ежедневно с подгруппами			

упражнения на прогулке	5-10 мин	10-12 мин	10-15 минут	10-15 минут
Спортивные развлечения	1-2 раза в месяц			
	15 минут	20 минут	30 минут	30- 40 минут
Спортивные праздники	2- 4 раза в год			
	15 минут	20 минут	30 минут	40 минут
День здоровья	Не реже 1 раза в квартал			
	1 день в месяц		1 раз в месяц	
Неделя здоровья	Не реже 1 раза в квартал			
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
<i>Вариативная часть</i>				
Подвижные игры (игры народов Поволжья)	1 раз в день			
	6-8 минут	10-15 минут	15-20 минут	15- 20 минут
Спортивные игры (игры народов Поволжья)		Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
Спортивные развлечения (национальные игры-соревнования)	1-2 раза в месяц			
	15 минут	20 минут	30 минут	30- 40 минут
Спортивные праздники (национальные)	2- 4 раза в год			

Модель двигательного режима

№	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность 10- 12 минут
2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7- 8 минут
3.	Динамические паузы во время ООД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12-15 мин
6.	Прогулки- походы на Экологическую тропу	1- 3 раза в квартал, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных игр и упражнений
7.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5- 7 человек во время утренней прогулки, длительность - 3-7 мин.
8.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
9.	НОД по физической культуре	3 раза в неделю (в старшей и подготовительной одно на воздухе). Длительность- 15- 30 минут
10.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
11.	Физкультурно- спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
12.	Неделя здоровья	1-2 раза в месяц на воздухе совместно со

		сверстниками одной- двух групп
13.	Физкультурный досуг	2- 3 раза в год , внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего учреждения
14.	Физкультурно- спортивные праздники	1- 2 раза в год на воздухе или в зале, длительность- не более 30 мин.
15.	Игры - соревнования между возрастными группами	1 раз в год в спортивном зале, длительность - не более 30 мин
16.	Спартакиады вне детского сада	Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности
17.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	По желанию родителей и детей не более 2 раз в неделю, длительность 25- 30 мин
18.	Физкультурная образовательная деятельность детей совместно с родителями в дошкольном учреждении	Определяется воспитателем по обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей
19.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий

3.3 Перечень нормативных и нормативно-методических документов

Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года — ООН 1990;

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;

Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.;

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”;

Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных повил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020г. № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384);

Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638);

Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования.– 2014. – Апрель. – № 7;

Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования);

Приказ Министерства просвещения РФ от 15 мая 2020 г. № 236 "Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования";

Письмо МО РФ от 27.03.2000г. № 27/901-6 «О психолого-медико-педагогическом консилиуме (ПМПк) образовательного учреждения;

Закон РТ № 16 от 03.03.2012 г. «О государственных языках РТ и других языках в РТ»;

Приказ Министерства образования и науки Республики Татарстан №463 от 29.06.2001 «О мерах по улучшению изучению родного, татарского, русского языков в ДОУ»;

Устав МБДОУ «Детский сад №1 43»;

Программа развития МБДОУ «Детский сад № 143».

3.4 Перечень литературных источников

- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 143 комбинированного вида» на основе программы " От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М. А. Васильевой;
- «Региональная программа дошкольного образования» Р.К.Шаехова
- Физическая культура в детском саду: система работы в подготовительной к школе группе. Пензулаева Л.И.– М.; МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012год;
- Физическая культура в детском саду: система работы в старшей группе. Пензулаева Л.И.– М.; МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012год;
- Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий. Пензулаева Л.И.– М.; МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010 год;
- Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Конспекты занятий. Пензулаева Л.И.– М.; МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010 год;
- Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно - ролевые занятия. Подольская Е.И. Издательство «Учитель», 2013год;
- Занятия по физкультуре с детьми 5-7лет. Планирование, конспекты. Сулим Е.В. ТЦ Сфера, 2011год;
- Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Планирование.Конспекты занятий. Гаврилова В.В. Изд. «Учитель», 2014 год;
- Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. Подольская Е.И. Изд. «Учитель», 2013 год;
- Сказочный театр физической культуры. Физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок Фомина Н.А. Изд. «Учитель»
- Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика. Соломенникова Н.М., Машина Т.Н.,2013 год;

- Формирование двигательной активности детей 5-7 лет. Игры-эстафеты. Воронова Е.К. Изд. «Учитель», 2012 год;
- Парная гимнастика 3-6 лет. Программа. Конспекты занятий. Токарева Т.Э. Изд. «Учитель», 2011 год;
 - Фольклорно – физкультурные занятия и досуги с детьми 3-7 лет. Асташина М.П. Изд. «Учитель», 2013 год;
 - Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. Волошина Л.Н., Гавришова Е.В., Изд. «Учитель», 2013 год;
 - Гимнастика для детей 5-7 лет. Программа. Планирование. Конспекты занятий. Рекомендации Верховина Л.Г., Заикина Л.А. Изд. «Учитель», 2013 год;

4.Дополнительный раздел

Приложение 1. Списки детей групп 2020-2021г.г.

1	Абдулгалимова Амина	II	основная
2	Асадуллин Демид	II	основная
3	Барцева Анастасия	II	основная
4	Батыева Таисия	I	основная
5	Бахтиева Элина	I	основная
6	Борисова Каролина	II	основная
7	Бочарова Мелисса	II	подготовительная
8	Валиева Аделина	II	основная
9	Валиуллина Аэлита	II	основная
10	Гильманов Амир	II	основная
11	Гильмутдинова Розалина	II	основная
12	Головлев Александр	II	основная
13	Григорян Адриан	II	основная
14	Демин Богдан	II	основная
15	Денисов Никита	II	основная
16	Дубынина Злата	II	основная
17	Захматов Демьян	II	основная
18	Камалов Тимур	II	основная
19	Кожевникова Нея	II	основная
20	Козихин Никита	II	основная
21	Козырев Егор	II	основная
22	Латфулина Ясмينا	II	основная
23	Мухаммадиева Айлин	II	основная
24	Нигметзянова Самина	II	основная
25	Ногманов Мурад	II	основная

26	Писарев Денис	II	основная
27	Садрутдинова Аделина	II	основная
28	Творогов Матвей	III	основная
29	Шаманаева Ульяна	II	основная
30	Шутина Рената	II	основная
31	Яппаров Эмир	II	основная
		II	основная

Средняя группа № 2

2	Архипова Риана	II	основная
3	Ахметзянов Аскар	II	основная
4	Виват Максим	I	основная
5	Власов Лев	II	основная
6	Герфанова Илария	II	подготовительная
7	Журавлев Артем	II	основная
8	Камалутдинова Самина	I	основная
9	Киреева Есения	II	основная
10	Левагина Вера	II	подготовительная
11	Маматухтаев Искандер	II	основная
12	Мисбахитдинова Сабина	II	основная
13	Нургалиев Бахтияр	II	основная
14	Пермякова Ульяна	II	основная
15	Перцев Роман	II	основная
16	Патыев Кирилл	II	основная
17	Ризаева Анастасия	II	основная
18	Сайфуллина Риана	II	основная
19	Трофимова Арина	II	основная
20	Фазлыев Данияр	II	основная
21	Фазлыева Виолетта	II	основная
22	Файзиев Эмиль	II	основная
23	Фомина Ева	I	основная
24	Хакимов Тамерлан	I	основная
25	Чернов Матвей	II	основная
26	Шайхутдинова София	II	основная
27	Шинкова Виктория	II	основная
28	Шипаев Владислав	I	основная
29	Шурыгина Диана	II	основная
30	Шурыгина Эмилия	II	основная

Средняя группа № 3

№	Фамилия, имя ребенка	Медицинская группа здоровья	Физкультурная группа здоровья
1	Ахметгалеев Азамат	II	основная
2	Белоусов Богдан	II	основная
3	Бурячок Даниил	I	основная
4	Варин Маркел	II	основная
5	Васильева Лэйла	II	основная
6	Вахитова Самира	II	подготовительная
7	Весельева Дарья	II	основная
8	Газизуллина Малика	II	основная
9	Гареев Вадим	II	основная
10	Горячева Аэлина	I	основная
11	Егорова Елизавета	II	подготовительная
12	Жихарева Анастасия	II	основная
13	Зарипов Амирхан	III	подготовительная
14	Иргашев Роман	II	основная
15	Кубышкин Мирон	II	основная
16	Куршаков Демид	II	основная
17	Лапшова Полина	I	основная
18	Марданов Тимур	II	основная
19	Мингазетдинов Карим	II	основная
20	Муратов Елисей	II	подготовительная
21	Парамонова Доминика	II	основная
22	Сабирзянов Карим	II	основная
23	Садыков Даниэль	II	основная
24	Семенцов Егор	II	основная
25	Терзи Иван	I	основная
26	Фаязов Андриан	II	основная
27	Федотова Софья	I	основная
28	Хакимова Марьям	II	основная
29	Халикова Асель	II	основная
30	Хуснутдинов Давид	I	основная
31	Чибихин Максим	II	основная

32	Якимов Борис	II	основная
----	--------------	----	----------

Подготовительная группа № 4

<i>№</i>	<i>Фамилия, имя ребенка</i>	<i>Медицинская группа здоровья</i>	<i>Физкультурная группа здоровья</i>
1	Алдырова Дарина	II	подготовительная
2	Артамонова Ксения	II	основная
3	Ведищева Дина	I	основная
4	Гайнуллина Аделия	II	основная
5	Гаффаров Батырлан	II	основная
6	Гафиятуллина Маргарита	I	основная
7	Гибайдуллин Арслан	II	основная
8	Денисов Максим	III	подготовительная
9	Еникеев Амирхан	I	основная
10	Ефимов Лев	II	основная
11	Кларьков Артем	II	основная
12	Кожевников Яромир	II	основная
13	Латыпов Данияр	II	основная
14	Мухарлямова Милана	I	основная
15	Ногманов Аскар	I	основная
16	Сайфуллина Сафира	II	основная
17	Садикова Эмма	II	основная
18	Салов Илья	II	основная
19	Ситдикова Язиля	I	основная
20	Собин Павел	I	основная
21	Созинов Владислав	II	основная
22	Титова София	II	основная
23	Хабибуллин Рашид	II	основная
24	Хамзин Даниил	II	основная
25	Хасанова Риана	II	подготовительная
26	Шайдуллин Тимур	II	основная
27	Шайхутдинов Тамерлан	I	основная
28	Шеботнева Софья	II	подготовительная

№	<i>Фамилия, имя ребенка</i>	<i>Медицинская группа здоровья</i>	<i>Физкультурная группа здоровья</i>
1	Алдыбаева Альфия	II	основная
2	Аптрахманов Альберт	II	основная
3	Балдина Яна	II	основная
4	Батыева Эмилия	II	основная
5	Бочаров Святослав	I	основная
6	Бурыкина Ариадна	II	основная
7	Габдрахманов Рамзан	II	основная
8	Галиев Амир	I	основная
9	Галямова Диана	II	основная
10	Евдокимов Денис	II	основная
11	Захаров Арсений	II	основная
12	Иванова Варвара	II	основная
13	Козихин Матвей	II	основная
14	Кочеткова Валерия	II	подготовительная
15	Лазько Станислав	I	основная
16	Локтев Тимофей	II	подготовительная
17	Малов Ранель	I	основная
18	Маматухтаев Амир	II	основная
19	Масгутова Амина	II	подготовительная
20	Муртазина Саида	I	основная
21	Никитина Стефания	II	основная
22	Нуриев Равиль	II	основная

Старшая группа № 5

23	Рассихина Аделина	I	основная
24	Рахматуллина Дина	I	основная
25	Садыков Карим	I	основная
26	Садыков Данис	I	основная
27	Сазонова Дарья	III	основная
28	Сидорова Алиса	II	основная
29	Усманова Амина	II	основная
30	Хакимов Амир	II	основная
31	Хисамов Эмиль	II	основная
32	Чижик Арина	II	основная
33	Ялалов Даниэль	II	основная

Подготовительная группа № 6

№	<i>Фамилия, имя ребенка</i>	<i>Медицинская группа здоровья</i>	<i>Физкультурная группа здоровья</i>
1	Абдулгалимова Сафина	I	основная
2	Акмалов Карим	I	основная
3	Бадрутдинова Зарина	II	основная
4	Бармина Виктория	II	основная
5	Дашевских Полина	II	основная
6	Дунина Полина	II	подготовительная
7	Жихарев Никита	II	основная
8	Краснова Милана	I	основная
9	Маннапов Роберт	I	основная
10	Морелев Владислав	II	основная
11	Подольский Назар	I	основная
12	Прохоренко Ева	II	основная
13	Пустоваров Александр	II	основная
14	Рогожин Марк	II	основная
15	Сабиров Адель	II	основная
16	Садыков Рамиэль	II	основная
17	Салехов Аскар	II	основная
18	Тимофеева Анастасия	II	основная
19	Фазлыев Ибрагим	II	основная
20	Хазипова Амира	II	основная
21	Хасанов Эрик	II	основная
22	Чибихин Вадим	II	основная
23	Шайхутдинов Фархад	II	основная
24	Шангараева Эльвина	II	подготовительная
25	Шашурина Любовь	II	подготовительная
26	Шрша Руслан	I	основная
27	Шуралева Анастасия	II	основная

28	Югай Мария	II	основная
29	Якимов Федор	II	основная
30	Яковлев Матвей	I	основная

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ
ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА**

Неделя	Задачи	Вводная часть	Основная часть			Заключительная часть
			Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	Основные движения	Подвижные игры (ПИ)	
		1—2 минуты	8—10 минут			2—3 минут
СЕНТЯБРЬ						
1 НЕДЕЛЯ	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Ходьба стайкой за инструктором Игра «Пойдем в гости» Бег обычной стайкой	-	Ходьба между двумя линиями (расстояние 25 см) Прыжки на всей ступне с подниманием на носки (пружинка)	«Беги ко мне» НРК «Кояш хэм янгыр»	Ходьба стайкой за мишкой.
2 НЕДЕЛЯ	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Ходьба парами в стайке за инструктором Бег парами в стайке за инструктором	Без предметов	Прыжки на всей ступне с работой рук (пружинка)	«Птички» «Птичка прячется» НРК «Мэче хэм чопчыклар»	Игровое задание «Найдем птичку».
3 НЕДЕЛЯ	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Ходьба в колонне по одному, упражнение «Ворона!»	Общеразвивающие упражнения с мячом.	Прокатывание мячей. «Прокати и догони».	«Кот и воробышки», НРК «Куян»	Ходьба в колонне по одному.
4 НЕДЕЛЯ	Развивать ориентировку в пространстве; умение действовать по сигналу; группироваться при лазании	Ходьба по кругу с поворотом по сигналу Бег по кругу	Общеразвивающие упражнения с кубиками	Ползание с опорой на ладони и колени под шнур «доползи до погремушки»	Быстро в домик «Найди свой домик», НРК «Чебешле	Игра «Найдем жучка».

Я	под шнур.				тавык»	
ОКТАБРЬ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Ходьба по кругу Бег по кругу	Общеразвивающие упражнения	Прыжки из обруча в обруч «Прокати мяч».	«Догони мяч», НРК «Мэче»	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Ходьба в колонне по одному, врассыпную, по всему залу. Упражнение «Стрекозы» «Кузнечики» Бег по кругу	Общеразвивающие упражнения с мячом	Прокатывание мячей в прямом направлении «Быстрый мяч». Ползание между предметами, не задевая их. Игровое упражнение «Проползи — не задень».	«Ловкий шофер», НРК «Светофор»	Игровое задание «Машины поехали в гараж».
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Ходьба и бег по кругу.. Поворот в другую сторону и повторение задания.	Общеразвивающие упражнения	Прыжки из обруча в обруч «Прокати мяч».	«Зайка серый умывается», НРК «Куяным»	Игра «Найдем зайку».
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Ходьба по кругу с поворотом по сигналу бег по кругу с поворотом по сигналу	Общеразвивающие упражнения на стульчиках	Ползание «Крокодильчики». Лазание под шнур (высота — 50 см от линии пола) Равновесие «Пробеги — не задень». Ходьба и бег между предметами (5—6 шт.),	«Кот и воробышки», НРК «Мэче хэм мэче балалары»	Ходьба в колонне по одному за самым ловким «котом».

Н О Я Б Р Ь						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Игровое здание «Веселые мышки». Ходьба в колонне по одному Бег врассыпную	Общеразвивающие упражнения с ленточками	Равновесие «В лес по тропинке». На пол положены параллельно друг другу две доски (ширина 25 см, длина 2—3 м Прыжки «Зайки — мягкие лапочки».	«Кролики», <i>НРК «Куян»</i>	Игра «Найдем зайчонка».
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен, широким свободным шагом; руки на пояс — «лошадки». Бег, руки в стороны — «стрекозы».	Общеразвивающие упражнения с обручем	Прыжки «Через болото». Из 8—10 обручей диаметром 30—40 см Прокатывание мячей «Точный пас».	«Мыши в кладовой», <i>НРК «Мэче хэм тычканнар»</i>	«Где спрятался мышонок?».
3 Н Е Д Е Л Я	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Игровое упражнение «Твой кубик». Бег по кругу в разных направлениях	Общеразвивающие упражнения	Игровое задание с мячом «Прокати — не задень». Ползание на четвереньках (с опорой на ладони и колени). Игровое задание «Быстрые жучки»	«По ровненькой дорожке», <i>НРК «Мэче»</i>	Ходьба в колонне по одному. Дыхательное упражнение «Петушок»
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания. «Лягушки: «Бабочки!» Бег обычный	Общеразвивающие упражнения с флажками	Ползание. Игровое задание — «Паучки» Равновесие.	«Поймай комара», <i>НРК «Куык»</i> .	Ходьба в колонне по одному. Упражнение «Жарко – холодно»

ДЕКАБРЬ						
1 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Ходьба врассыпную «на прогулку» Бег врассыпную	Общеразвивающие упражнения с кубиками	Равновесие. Игровое упражнение «Пройди — не задень». Кубики (6—8 шт.) расставлены в две линии на расстоянии 40 см друг от друга. Прыжки. Игровое упражнение «Лягушки-попрыгушки».	«Коршун и птенчики», <i>НРК «Торле тостэге ойлэр».</i>	Игра «Найдем птенчика
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Ходьба в колонне по одному Бег по сигналу «Самолеты»	Общеразвивающие упражнения с мячом	Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку или мат Прокатывание мячей друг другу, расстояние 2 м	«Найди свой домик». <i>НРК «Мэче хэм тычканнар»</i>	Ходьба в колонне по одному.
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Ходьба в колонне по одному, на сигнал «Воробышки» - дети останавливаются и чирикают Бег по кругу	Общеразвивающие упражнения с кубиками	Прокатывание мяча между предметами. Игровое задание «Не упусти!». Ползание под дугу «Проползи — не задень» (высота 50 см).	«Лягушки», <i>НРК «Кара урманда, аю янында»</i>	Игра малой подвижности «Найдем лягушонка».
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	Ходьба в колонне по одному, Бег врассыпную на сигнал воспитателя: «На прогулку!»	Общеразвивающие упражнения под музыку	Ползание. Игровое упражнение «Жучки на бревнышке». Равновесие. «Пройдем по мостику».	«Птица и птенчики», <i>НРК «Чебешле тавык»</i>	Игра малой подвижности «Птенчики».
ЯНВАРЬ						

1 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Ходьба в колонне по одному. Упражнение: «Великаны!» Бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону.	Общеразвивающие упражнения с платочками	Равновесие «Пройди — не упади». Прыжки «Из ямки в ямку».	«Коршун и цыплята», <i>НРК «Казлар»</i>	Игра малой подвижности «Найдем цыпленка?».
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Игровое упражнение «На полянке». Ходьба по периметру Бег враспынную	Общеразвивающие упражнения с обручем	Прыжки «Зайки — прыгуны».(кубики или набивные мячи по 4—5 штук, на расстоянии 50 см один от другого— «пеньки».) Прокатывание мяча между предметами	«Птица и птенчики», <i>НРК «Тавыклар хэм этэч»</i>	Ходьба в колонне по одному.
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	Ходьба по кругу, игровое упражнение «Возьми кубик» Бег с поворотом	Общеразвивающие упражнения с кубиками	Прокатывание мяча друг другу «Прокати — поймай». Ползание «Медвежата».	«Найди свой цвет», <i>НРК «Торле тостэге ойлэр»</i>	Ходьба в колонне по одному.
4 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания. «Лягушки!» «Бабочки!» — Бег обычный	Общеразвивающие упражнения	Ползание под дугу, не касаясь руками пола Равновесие «По тропинке».	«Лохматый пес», <i>НРК «Очкычлар»</i>	Игра «Найдем щенка».
ФЕВРАЛЬ						
1 Н	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать	. Ходьба и бег по кругу, поворот по сигналу.	Общеразвивающие упражнения с	Равновесие. «Перешагни — не наступи». 5—6	«Найди свой цвет», <i>НРК «Кошлар»</i>	Ходьба в колонне по

Е Д Е Л Я	координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.		платочком	шнуров (косичек) (расстояние между шнурами — 30 см). Прыжки. «С пенька на пенек» - плоские обручи (по 5—6 штук) плотно один к другому.		одному Дыхательное упражнение «Надуем шарик»
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	. Ходьба в колонне по одному. Упражнения «Мышки!» «Лошадки!»	Общеразвивающие упражнения с обручем	Прыжки со скамейки «Веселые воробышки». Прокатывание набивного мяча «Ловко и быстро!».	«Воробышки в гнездышках», <i>НРК «Мэче хэм мэче баласы»</i>	Игра малой подвижности «Найдем воробышка»
3 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой. (расстоянии 30-35 см) Бег.	Общеразвивающие упражнения с мячом	Бросание мяча через шнур двумя руками, Подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	«Воробышки и кот», <i>НРК «Куык»</i>	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу врассыпную, затем на бег врассыпную.	Общеразвивающие упражнения	Лазание под дугу в группировке «Под дугу». Равновесие. Ходьба по доске, а на середине присесть и хлопнуть в ладоши перед собой и пройти дальше до конца доски.	«Лягушки», <i>НРК «Куян».</i>	Игра «Найдем лягушонка».
МАРТ						
1 Н Е Д	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной	Ходьба по кругу, затем бег по кругу в умеренном темпе, переход на ходьбу и	Общеразвивающие упражнения с кубиками	Равновесие. Ходьба по доске приставным шагом с приседанием на середине	«Кролики», <i>НРК «Куяным»</i>	Ходьба в колонне по одному,

Е Л Я	площади опоры; повторить прыжки между предметами.	остановка. Поворот в другую сторону и повторение ходьбы и бега.		Прыжки «Змейкой».		
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба врассыпную.	Общеразвивающие упражнения	Прыжки «Через канавку». Через шнуры (веревки) (ширина 15 см) Катание мячей друг другу «Точно в руки».	«Найди свой цвет», <i>НРК «Кэжэ»</i>	Ходьба в колонне по одному,
3 Н Е Д Е Л Я	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, вползании на повышенной опоре.	Ходьба в колонне по одному. «Лошадки!» — ходьба, высоко поднимая колени, руки на поясе.. «Бабочки!» — бег в колонне по одному, помахивая руками, как «крылышками».	Общеразвивающие упражнения с мячом	Бросание и ловля мяча «Брось — поймай» Ползание на повышенной опоре (скамейке). Игровое упражнение «Муравьишки». воспитатель следит за темпом их передвижения (2—3 раза).	«Зайка серый умывается», <i>НРК «Куяным»</i>	Игра «Найдем зайку?».
4 Н Е Д Е Л Я	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба и бег между предметами «змейкой»	Общеразвивающие упражнения	Ползание «Медвежата». Равновесие. В колонне по одному дети выполняют ходьбу по гимнастической скамейке (высота — 25 см)	«Автомобили», <i>НРК «Светофор»</i>	. Ходьба в колонне по одному — «автомобили поехали в гараж».

АПРЕЛЬ

1 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба вокруг кубиков (по 2 кубика на каждого ребенка). Выполняется ходьба по кругу, затем бег. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы и бега вокруг кубиков.	Общеразвивающие упражнения кубиками	Равновесие. Ходьба боком, приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 25 см), руки на поясе, на середине присесть, руки вынести вперед. Прыжки «Через канавку».	«Тишина», <i>НРК «Казлар»</i>	Игра «Найдем лягушонка».
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Ходьба в колонне по одному. Упражнение «Жуки»	Общеразвивающие Упражнения с косичкой	Прыжки из обруча в обруч. Упражнения с мячом. «Точный пас».	«По ровненькой дорожке», <i>НРК «Аю хэм кортлары»</i>	Ходьба в колонне по одному
3 Н Е Д Е Л Я	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Ходьба в колонне по одному. Упражнение «Великаны! – гномы».	Общеразвивающие упражнения	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке «Медвежата».	«Мы топаем ногами», <i>НРК «Мэче хэм тычканнар»</i>	Ходьба в колонне по одному
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Ходьба в колонне по одному. Упражнения «Воробышки» «Лошадки» — бег с подскоком.	Общеразвивающие упражнения	Ползание «Проползи — не задень». Равновесие «По мостику».	«Огуречик, огуречик», <i>НРК «Чебешле тавык»</i>	Ходьба в колонне по одному
МАЙ						
1 Н Е	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве;	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную по всему	Общеразвивающие Упражнения кольцом	Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см).	«Мыши в кладовой», <i>НРК «Ионлач</i>	«Где спрятался мышонок».

Д Е Л Я	повторить задание в равновесии и прыжках.	залу.		Прыжки через шнуры (расстояние между ними 30-40 см)	<i>кочек»</i>	
2 Н Е Д Е Л Я	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Ходьба и бег в колонне по одному между предметами.	Общеразвивающие Упражнения с мячом	Прыжки «Парашютисты». Прокатывание мяча друг другу	«Воробышки и кот», <i>НРК «Кояш хэм янгыр»</i>	Ходьба в колонне по одному.
3 Н Е Д Е Л Я	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Ходьба в колонне по одному. Упражнение : «Пчелки!»	Общеразвивающие Упражнения с флажками	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по скамейке.	«Огуречик, огуречик», <i>НРК «Чебешле тавык»</i>	Игра малой подвижности «Угадай кто кричит?».
4 Н Е Д Е Л Я	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя переход на ходьбу мелким, семенящим шагом — «как мышки»; бег врас-сыпную по всему залу.	Общеразвивающие упражнения	Лазание на наклонную лесенку (не более трех детей). Равновесие. Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см).	«Коршун и наседка», <i>НРК «Аюны кем чакырды»</i>	Ходьба в колонне по одному.

СРЕДНЯЯ ГРУППА

Сентябрь				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	неделя/ занятия 7-8

Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов: <i>Исәнмесез, сау булыгыз</i></p> <p>1. Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (длина – 3м, ширина – 15см). 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча). 3. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10см). 4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до флажка</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>керегез, утырыгыз.</i></p> <p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках по прямой линии.</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>Тыңла, күрсәт, кабатла!</i></p> <p>1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Лазанье под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>Бу кем? Тыңла, күрсәт, кабатла!</i></p> <p>1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба по скамейке (высота – 15см), перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах.</p>
Подвижные игры	«Найди себе пару»	НРК «Кошлар» «Самолеты».	«Огуречик, огуречик»	«У медведя во бору», НРК «Аю буре»
Малоподвижные игры	НРК «Беренче булып бас»	«Карлики и великаны»	«Чей голос?»	«Где постучали?».

Октябрь				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	С ленточками (коротким шнуром)	Без предмета	С мячом	С кеглей
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов: <i>Исэнмесез. Сауб. “Кем юк?”</i></p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах до предмета.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перепрыгнуть и пойти дальше</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>Син кем?Кыз, малай.</i></p> <p>1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2. Прокатывание мяча друг другу, исходное положение – стоя на коленях.</p> <p>3. Прокатывание мяча по мостику двумя руками перед собой (совочком)</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>“Кем анда?” “Бу нәрсә?”</i></p> <p>1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками.</p> <p>2. Подлезание под дуги, с мячом в руках.</p> <p>3. Прокатывание мяча по дорожке.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>“Әйе, юк, дәрес”</i></p> <p>1. Подлезание под шнур (40см), не касаясь руками пола.</p> <p>2. Ходьба по доске (ширина – 15см) с перешагиванием через кегли</p> <p>3. Прыжки на двух ногах змейкой между набивными мячами</p> <p>4. Лазанье под шнур, натянутый на высоте 40 см, с кеглей в руках.</p> <p>5. Прокатить мяч по дорожке (ширина 25 см) в прямом направлении.</p>
Подвижные игры	«Кот и мыши», <i>НРК «Песи хэм тычканнар».</i>	<i>НРК «Тосле автомобильләр»</i>	<i>НРК «Аю буре»</i>	<i>НРК «Песи хэм тычканнар».</i>
Малоподвижные игры	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	«Автомобили поехали в гараж». «Подбрось и поймай»	«Угадай, где спрятано?»	«Угадай, кто позвал?».

Ноябрь				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6)	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал.			
ОРУ	С кубиками	Без предметов	С мячом	С флажками
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов: «<i>Эйдэгез, уйныйбыз</i>»</p> <p>1. Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками, поставленными в ряд</p> <p>3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p> <p>4. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий.</p> <p>5. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p>	<p>УМК. Закрепление слов: “<i>Эйе, юк, дөрес</i>”</p> <p>1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров).</p> <p>2 Прокатывание мячей друг другу.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами.</p> <p>4. Перебрасывание мяча друг другу.</p>	<p>УМК. Закрепление слов: “<i>Хэллэр ничек?</i>”.</p> <p>1. Броски мяча о землю и ловля его двумя руками.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>3. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками после отскока</p> <p>4. . Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни - «как медвежата».</p> <p>5. Прыжки на двух ногах между предметами</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>рахмэт, мә.</i></p> <p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом</p> <p>3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах до кубика (или кегли).</p>
Подвижные игры	<i>НРК «Инеш аша сикереп чык»</i>	<i>НРК «Мэче хэм мэче бабары »</i>	<i>НРК «Песи хэм кошчыклар», «Лиса и куры»</i>	<i>НРК «Тосле автомобильлэр»</i>
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Победивший».	«Летает, не летает»»	«Автомобили в гараж» «Где звонили?»

Декабрь				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	С платочком	С малым мячом	Без предметов	С кубиками
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов: <i>рэхмэт, кил монда, мэ</i></p> <p>1. Равновесие - ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой.</p> <p>2. Прыжки через 4-5 брусков, помогая себе взмахом рук.</p> <p>3. Равновесие - ходьба по шнуру, положенному по кругу</p> <p>4. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров.</p> <p>5. Прокатывание мяча между 4-5 предметами.</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>рэхмэт, кил монда, мэ</i></p> <p>1. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку</p> <p>2. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>3. Прыжки со скамейки (высота 25 см).</p> <p>4. Прокатывание мячей между предметами.</p> <p>5. Бег по дорожке.</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>кил монда, утыр.</i></p> <p>1. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1,5 м.</p> <p>2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>3 Перебрасывание мяча друг другу с расстояния 2 м.</p> <p>4. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы - «по-медвежьи».</p> <p>5. . Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>кил монда, утыр.</i></p> <p>1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамейки.</p> <p>2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>4. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, на середине присесть.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах до лежащего на полу (на земле) обруча.</p>
Подвижные игры	<i>НРК «Куык».</i>	«У медведя во бору»; «Перелет птиц»	«Зайцы и волк».	<i>НРК «Кошлар хэм мэче».</i>
Малоподвижные	«Найдем цыпленка».	<i>НРК «Кон-тон»</i>	<i>НРК «Кайда</i>	«Найди и промолчи»

игры			шылтыраттылар?»	
------	--	--	-----------------	--

Январь				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий			
ОРУ	С обручем	С мячом	С платком	С палками
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>кил монда, утыр</i>.</p> <p>1. Равновесие - ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивая через него справа и слева.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах, перепрыгивание через канат справа и слева, продвигаясь вперед.</p> <p>4. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>зур, кечкенә. Сикер</i>.</p> <p>1. Прыжки с гимнастической скамейки</p> <p>2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния</p> <p>3. Отбивание малого мяча одной рукой о пол.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.</p> <p>5. Равновесие - ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>туп зур, (кечкенә), туп бир</i>.</p> <p>1. Отбивание мяча о пол</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p>3. Прокатывание мячей друг другу в парах.</p> <p>4. Ползание в прямом направлении на ладони и ступни («по-медвежьи»).</p> <p>5. Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Машина, автобус, зур, кечкенә, мә, бир, кил монда</i></p> <p>1. Лазанье под шнур боком, не касаясь руками пола.</p> <p>2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>3. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, прямо и боком.</p> <p>4. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд.</p>
Подвижные игры	<i>НРК «Буре хэм котуче»</i>	<i>НРК «Узенә пар тап!»</i>	<i>НРК «Атлар».</i>	<i>НРК «Тосле автомобильләр»</i>
Малоподвижные игры	«Найдем кролика!»	Ходьба в колонне по одному по ковру.	«Кто постучал?»	«День и ночь», «Едим в гараж»

Февраль				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья			
ОРУ	Без предметов	На стульях.	С мячом	С гимнастической палкой.
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>Матур, туп, би, зур, кечкенә</i>.</p> <p>1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке (на середине остановиться, поворот кругом, пройти дальше).</p> <p>2. Прыжки через бруски.</p> <p>3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени.</p> <p>4. Прыжки через шнур, положенный вдоль зала.</p> <p>5. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Матур, аю, туп, зур, кечкенә, бир, куян</i>.</p> <p>1. Прыжки из обруча в обруч .</p> <p>2. Прокатывание мячей между предметами.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через 5-6 коротких шнуров, лежащих на полу.</p> <p>4. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2,5 м) в шеренгах. Способ - стойка на коленях.</p> <p>5. Ходьба на носках, меняя положения рук, в чередовании с обычной ходьбой.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Матур, аю, туп, зур, кечкенә, куян</i>.</p> <p>1. Перебрасывание мячей друг другу.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p>3. Метание мешочков в вертикальную цель - щит.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Матур, аю, туп, зур, кечкенә, бир, куян</i>.</p> <p>1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p> <p>2. Равновесие - ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на пояс (или за голову).</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни - «по-медвежьи»</p> <p>4. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>5. Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук.</p>
Подвижные игры	<i>НРК «Песи хэм тычканнар».</i>	<i>НРК «Аю буре»</i>	<i>НРК «Аю хэм куяннар».</i>	«Перелет птиц». НРК «Казлар».
Малоподвижные игры	«Считай до трёх».	Ходьба в колонне по одному	«Чей голос?»	«Найди и промолчи»

Март				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три.			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом.	С флажками
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>Уйна, туп, зур, кечкенә, бир, куян, аю.</i></p> <p>1. Ходьба на носках между 4-5 предметами (кубики), расставленными на расстоянии.</p> <p>2. Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Равновесие - ходьба и бег по наклонной доске (3-4 раза).</p> <p>4. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Кечкенә, бир, куян, аю</i></p> <p>1. Прыжки в длину с места.</p> <p>2. Перебрасывание мячей через шнур.</p> <p>3. Прыжки в длину с места (4-5 раз).</p> <p>4. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы.</p> <p>5. Прокатывание мяча друг другу.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>пычрак, чиста, ю.</i></p> <p>1. Прокатывание мяча между предметами.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.</p> <p>3. Прокатывание мячей между предметами.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.</p> <p>5. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Уйна, туп, зур, куян, аю</i></p> <p>1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи».</p> <p>2. Равновесие - ходьба по доске, положенной на пол.</p> <p>3. Прыжки через 5-6 шнуров, положенных в одну линию.</p> <p>4. Лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке.</p> <p>5. Ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки на пояс.</p> <p>6. Прыжки на двух ногах через шнуры.</p>
Подвижные игры	«Перелет птиц».	<i>НРК «Куяннар».</i>	«Самолеты».	<i>НРК «Аю хэм бал кортлары».</i>
Малоп. игры	<i>НРК «Сьерчык оялары».</i>	«Найди зайца»	<i>НРК «Оча – очмый»</i>	«Найди зайца».

Апрель				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; врассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; врассыпную между предметами, не задевая их			
ОРУ	Без предметов	С кеглей.	С мячом.	С косичкой
Основные виды движений	УМК. Закрепление слов <i>бер, ике, өч, дүрт, биш.</i> 1. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове. 2. Прыжки на двух ногах через препятствия. 3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 4. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, лежащих на полу на расстоянии 0,5 м один от другого.	УМК. Закрепление слов <i>бер, ике, өч, дүрт, биш.</i> 1. Прыжки в длину с места. 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 3. Прыжки в длину с места – «Кто дальше прыгнет». 4. Метание мячей в вертикальную цель. 5. Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд.	УМК. Закрепление слов <i>кыз, малай.</i> 1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 3. Метание мешочков правой и левой рукой на дальность. 4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежь»). 5. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м.	УМК. Закрепление слов <i>кыз, малай, аю, куян.</i> 1. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, руки на пояс. 4. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в ряд на расстоянии 40 см.
Подвижные игры	<i>НРК «Куян»</i>	<i>«Совушка», НРК «Чебишле тавык»</i>	<i>НРК «Песи хэм кошчыклар»</i>	<i>НРК «Очкычлар».</i>
Малоп игры	«Угадай, кто позвал».	Ходьба по одному.	«Угадай по голосу»	«Найди и промолчи»

Май				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»			
ОРУ.	Без предметов	С кубиками	С палкой	с мячом.
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>Бер, ике, өч, дүрт, биш.</i></p> <p>1. Ходьба по доске (ширина 15 см), лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс.</p> <p>2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров.</p> <p>3. Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше.</p> <p>4. Прыжки в длину с места через шнуры, расстояние между шнурами 50 см.</p> <p>5. Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Матур, аю, туп, зур, кечкенә, бир, куян</i></p> <p>1. Прыжки в длину с места через шнур (ширина 40-50 см)</p> <p>2. Перебрасывание мячей друг другу (8-10 раз).</p> <p>3. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу в парах (двумя руками из-за головы).</p> <p>5. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Бер, ике, өч, дүрт, биш.</i></p> <p>1. Метание в вертикальную цель.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе.</p> <p>3. Метание в вертикальную цель с расстояния 2 м.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни.</p> <p>5. Прыжки через короткую скакалку.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>кыз, малай, аю, куян</i></p> <p>1. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее.</p> <p>4. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой.</p>
Подвижные игры	<i>НРК «Кошлар кайту»</i>	<i>НРК «Котуче»</i>	«Зайцы и волк».	<i>НРК «Хэйлэкэр телке»</i>
Малоподвижные игры	«Узнай по голосу»	Ходьба по одному.	<i>НРК «Кон – тон»</i>	«Найти лису»

СТАРШАЯ ГРУППА

СЕНТЯБРЬ

	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов.	С палкой
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов: <i>малай, кыз, туп., курчак, эт, песи..</i></p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>3. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед</p> <p>6. Перебрасывание мячей в шеренгах после удара мячом о пол.</p>	<p>УМК. Закрепление слов: <i>кил, утыр, сикер, куян, аю.</i></p> <p>1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета».</p> <p>2. Подбрасывание малого мяча.</p> <p>3. Бег в среднем темпе.</p> <p>4. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками, с хлопком в ладоши</p> <p>5. Ползание на четвереньках между предметами в чередовании с ходьбой и бегом.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>кишер, куян, бир</i></p> <p>1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях.</p> <p>2. Ходьба по канату (веревке) боком приставным шагом.</p> <p>3. Бросание мяча вверх двумя руками и ловля его, бросание мяча вверх и ловля его с хлопком.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу (двумя руками из-за головы),</p> <p>5. Ползание по скамейке, опираясь на предплечья и колени.</p> <p>6. Равновесие ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>кишер, куян, бир</i></p> <p>1. Пролезание в обруч боком.</p> <p>2. Перешагивание через бруски (кубики) с мешочком на голове .</p> <p>3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.</p> <p>4. Пролезание в обруч прямо и боком.</p> <p>5. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>6. Прыжки на двух ногах между предметами..</p>
Подвижные игры	«Мышеловка», <i>НРК «Песи хэм тычканнар».</i>	«Сделай фигуру».	«Удочка», <i>НРК «Соры буре».</i>	«Мы, веселые ребята», <i>НРК «Буре хэм куяннар».</i>
Малоподвижные игры	«У кого мяч?».	<i>НРК «Кемдэ йозек»</i>	«Повторяй за мной». Ходьба с разным положением рук.	«Найди и промолчи»

ОКТАБРЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	Без предмета	С большим мячом.	С малым мячом	С обручем.
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>Исэнмесез, сабулыгыз, сора, бир, зур</i></p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры..</p> <p>3. Бросание мяча двумя руками от груди.</p> <p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики.</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнуры (5—6 шт.) правым и левым боком.</p> <p>3. Передача мяча двумя руками от груди.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Исэнмесез, сабулыгыз, сора, бир, зур</i>.</p> <p>1. Прыжки — спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы.</p> <p>3. Переползание через препятствия.</p> <p>4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди</p> <p>3. Ползание на четвереньках с переползанием через препятствия.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>кишер, алма, кэрзин, куян</i>.</p> <p>1. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния.</p> <p>2. Лазанье — подлезание под дугу прямо и боком.</p> <p>3. Перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>4. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p> <p>5. Ползание на четвереньках между предметами.</p> <p>6. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>песи, кэрзин, куян</i>.</p> <p>1. Пролезание (боком, не касаясь руками пола, в группировке) подряд через три обруча.</p> <p>2. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, на середине перешагнуть через предмет.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах на мягкое препятствие (высота 20 см).</p> <p>4. Переползание на четвереньках с преодолением препятствий.</p> <p>5. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине повернуться кругом и пройти дальше.</p>
Подвижные игры	«Перелет птиц», <i>НРК «Тун белэн куышу»</i> .	«Не оставайся на полу». <i>НРК «Куяннар»</i>	<i>НРК «Буре хэм куяннар»</i> .	«Гуси-лебеди», <i>НРК «Янгыр»</i> .
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Не оставайся на полу».	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Летает — не летает»
НОЯБРЬ				

	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал.			
ОРУ	С малым мячом.	С обручем	С большим мячом.	На гимнастических скамейках.
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>Мин эйтэм, син күрсэт</i>”.</p> <p>1. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая малый мяч из правой руки в левую перед собой и за спиной.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями.</p> <p>3. Перебрасывание мяча двумя руками снизу, ноги на ширине плеч.</p> <p>4. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной.</p> <p>2. Прыжки по прямой (расстояние 6 м) — два прыжка на правой ноге, затем два на левой.</p> <p>3. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>кызыл, сары. сикер туп.</i></p> <p>1. Прыжки с продвижением вперед — поочередное подпрыгивание.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>3. Отбивание мяча о землю, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>4. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч.</p> <p>3. Отбивание мяча продвигаясь вперед шагом.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>кызыл, сары, яшел.</i></p> <p>1. Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперед.</p> <p>2. Пролезание в обруч с мячом в руках в группировке.</p> <p>3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой.</p> <p>4. Ведение мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) .</p> <p>5. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени.</p> <p>6. Ходьба на носках, руки за головой, между набивными мячами.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Мин эйтэм, син күрсэт</i></p> <p>1. Лазанье — подлезание под шнур боком.</p> <p>2. Прыжки на правой, затем на левой ноге до предмета.</p> <p>3. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.</p> <p>5. Ходьба между предметами на носках, руки за головой.</p>
Подвижные игры	«Пожарные на учении», <i>НРК «Урмэкуч хэм чебеннэр»</i>	<i>НРК «Атлар».</i>	<i>НРК «Лиса и куры»</i>	<i>НРК «Хэйлэкэр толке».</i>
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Найди и промолчи».	«Летает, не летает»»	«У кого мяч?».

ДЕКАБРЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8

Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными враспынную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег враспынную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	с палкой.	с флажками.	Без предметов	с обручем
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>ю, юа, юабыз, бир</i>.</p> <p>1. Равновесие - ходьба по наклонной доске прямо, руки в стороны (2-3 раза).</p> <p>2. Прыжки - перепрыгивание на двух ногах через бруски (расстояние между брусками 50 см) - 2-3 раза.</p> <p>3. перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу, стоя в шеренгах (способ - стоя на коленях) 10-15 раз.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>ю, юа, юабыз, бир</i>.</p> <p>1. Прыжки - подпрыгивание с ноги на ногу.</p> <p>2. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля его после хлопка</p> <p>3. Ползание на четвереньках между кеглями, не задевая за них (2-3 раза).</p> <p>4. Прыжки попеременно на правой и левой ноге</p> <p>5. Ползание на четвереньках между кеглями.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>Кэбеста, суган, бэрэңге, кыяр, кишер</i>.</p> <p>1. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах (двумя руками снизу) с расстояния 2,5 м.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки) - 2-3 раза.</p> <p>3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (или на поясе) - 2-3 раза.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>бир, зур, кечкенэ</i></p> <p>1. Лазанье - влезание по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек (2 раза).</p> <p>2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики,.</p> <p>3. Прыжки на Правой и левой ноге между кеглями (расстояние между кеглями 40 см) - 2-3 раза.</p> <p>4. Бросание мяча о стену.</p> <p>1. Лазанье до верха гимнастической стенки разноименным способом, не пропуская реек</p> <p>2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком. .</p>
Подвижные игры	<i>НРК «Толке тавык кетэклэгэндэ».</i> «Кто скорее до флажка».	<i>НРК «Буре хэм куяннар».</i> «У медведя во бору».	<i>НРК «Тизрэк жый!»</i> , «Охотники и зайцы».	<i>НРК «Кошлар хэм мэче»</i> , «Хитрая лиса».
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру».	«Тише, мыши...».	«Где спрятался зайка?».	«Найди птичку»

ЯНВАРЬ

	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Построение в шеренгу. Воспитатель обращает внимание детей на круг, сделанный из шнура. Перестроение в колонну по одному; ведущий, соединяясь с последним в колонне ребенком, образует круг. Воспитатель предлагает детям присесть и взять веревку в левую руку, повернуться вполоборота и приготовиться к ходьбе по кругу в правую сторону. Ходьба по кругу вправо, бег по кругу, затем остановка, перехват шнура в другую руку и повторение ходьбы и бега в левую сторону.			
ОРУ	С кубиками	С веревкой	С малыми мечами.	Со шнурами
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>Зур-кечкенэ, чиста-пычрак.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Равновесие - ходьба и бег по наклонной доске. 2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками. 3. Метание - забрасывание мяча в корзину двумя руками. 4. Ходьба и бег по наклонной доске, балансируя руками (2-3 раза). 5. Прыжки на двух ногах через набивные мячи, положенные в шахматном порядке 6. Перебрасывание мяча (двумя руками от груди) в шеренгах друг другу. 	<p>УМК. Закрепление слов <i>нэрсэ?ничэ?нинди?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места. 2. Проползание под дугами на четвереньках, подталкивая мяч головой перед собой. 3. Бросание мяча вверх. 4. Прыжки в длину с места. 5. Переползание через препятствие и подлезание под дугу, не касаясь руками пола. 6. Перебрасывание мячей двумя руками снизу. 	<p>УМК. Закрепление слов <i>тыңла, күрсэт, кабатла</i>”</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мяча друг другу (двумя руками от груди), стоя в шеренгах на расстоянии 2. Пролезание в обруч боком, не касаясь верхнего края обода, в группировке. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе. 4. Перебрасывание мяча (диаметр 10-12 см) друг другу и ловля его после отскока от пола. 5. Пролезание в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола. 6. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи с мешочком на голове, руки в стороны.. 	<p>УМК. Закрепление слов <i>зэңгэр.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Влезание на гимнастическую стенку одноименным способом, затем спуск, не пропуская реек. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки свободно балансируют. 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (ноги врозь, ноги вместе) до обозначенного места. 4. Ведение мяча в прямом направлении. 5. Влезание на гимнастическую стенку и ходьба по четвертой рейке, спуск вниз (2 раза). 6. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой (2 раза). 7. Прыжки через шнуры (6-8 шт.) на двух ногах без паузы; расстояние между ними 50 см 8. Ведение мяча до обозначенного места.
Подвижные игры	<i>НРК «Чыпчыклар хэм мэче» «Медведи и пчелы».</i>	<i>НРК «Кубэлэк тоту», «Совушка».</i>	<i>«Не оставайся на полу», НРК «Аксак толке».</i>	<i>НРК «Хэйлэкэр толке».</i>
Малоподв	«Найди и промолчи».	«Летает - не летает».	Ходьба «змейкой» по	Эстафета с большим мячом «Мяч

ижные игры			верёвке, по косичке	водящему».
---------------	--	--	---------------------	------------

ФЕВРАЛЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; перестроение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному; переход на бег за воспитателем между предметами и с изменением направления движения до 2 мин; ходьба враспынную; построение в колонны.			
ОРУ	С обручами	С гимнастической палкой.	С гимнастической скамейкой.	Без предметов.
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>чиста, пычрак</i>.</p> <ol style="list-style-type: none"> Ходьба по наклонной доске (ширина 15 см, высота 30 см), руки в стороны. Прыжки - перепрыгивание через бруски. Забрасывание мячей в корзину (кольцо) с расстояния 2 м двумя руками из-за головы. Равновесие - бег по наклонной доске, спуск шагом (2-3 раза). Прыжки через бруски правым и левым боком (3-4 раза). Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. 	<p>УМК. Закрепление слов <i>кулмак</i></p> <ol style="list-style-type: none"> Прыжки в длину с места. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом. Лазанье - подлезание под дугу, не касаясь руками пола, в группировке. Прыжки в длину с места (расстояние 60 см) - 8-10 раз. Ползание на четвереньках между кеглями. Перебрасывание малого мяча одной рукой, ловля двумя руками. 	<p>УМК. Закрепление слов <i>чалбар, футболка</i>.</p> <ol style="list-style-type: none"> Метание мешочков в вертикальную цель правой рукой (от плеча). Подлезание под палку (шнур) высотой 40 см . Перешагивание через шнур. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3 м. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине - «Проползи - не урони» . Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. Прыжки на двух ногах через шнуры. 	<p>УМК. Закрепление слов <i>Сал, йокла</i></p> <ol style="list-style-type: none"> Лазанье влезание на гимнастическую стенку разноименным способом. Ходьба по гимнастической Скамейке, руки на поясе, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места. Отбивания мяча в ходьбе . Лазанье - влезание на гимнастическую стенку одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек (2 раза). Ходьба по гимнастической скамейке, руки за головой. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.
Подвижные	<i>НРК «Куяннар хэм аучылар»</i>	«Не оставайся на полу»	<i>НРК «Кошлар хэм мэче»,</i>	<i>НРК «Йорт куяннары», «Гуси-лебеди».</i>

игры			«Мышеловка».	
Малоподвижные игры	«Угадай где мяч!»	<i>НРК «Туп кайда?»</i>	«Ножки мёрзнут». Ходьба на месте, с продвижением вправо, влево, вперёд, назад	«Найди и промолчи»

МАРТ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному; на сигнал воспитателя ходьба со сменой темпа движения: на частые удары бубна (музыкальное сопровождение) дети выполняют короткие, семенящие шаги, на редкие удары широкие шаги; ходьба и бег врассыпную между предметами (кубиками); перестроение в колонну по одному, в колонну по четыре.			
ОРУ	С мечами.	Без предметов.	С обручами.	Без предметов
Основные виды движений	УМК. Закрепление слов <i>бит, кул, хэерле көн</i> . 1. Равновесие - ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Прыжки из обруча в обруч, положенные на расстоянии 40 см. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля его после отскока от пола посередине между шеренгами. Бросание одной рукой, а ловля двумя. 4. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове. 5. Прыжки на двух ногах через	УМК. Закрепление слов <i>ю, бит чиста, кул чиста</i> 1. Прыжок в высоту с разбега. 2. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 3. Ползание на четвереньках между кеглями. 4. Прыжок в высоту с разбега. 5. Метание мешочков в цель с расстояния 3,5 м (5-6 раз). 6. Прыжки на двух ногах между кеглями (2-	УМК. Закрепление слов <i>өстэл, урындык</i> 1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «По- медвежьи». 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагам, на середине присесть, встать и пройти дальше, руки за головой. 3. Прыжки правым (левым) боком через короткие шнуры. 4. Ползание по гимнастической скамейке «по-медвежьи» (2 раза). 5. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине	УМК. Закрепление слов <i>бит, кул, хэерле көн</i> . 1. Метание мешочков горизонтальную цель с расстояния 3 м одной рукой снизу. 2. Подлезание под шнур (палку) боком справа и слева. 3. Ходьба на носках между набивными мячами 2-3 раза. 4. Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3 м. правой и левой рукой способом отбивания . 5. Поддевание под дугу (подряд 4-5 шт.), не касаясь руками пола (2-3 раза). 6. Ходьба с перешагиванием

	набивные мячи. 6. Перебрасывание мячей с отскоком от пола и ловля их двумя руками с хлопком в ладоши .	3 раза).	повернуться кругом и пройти дальше. 6. Прыжки из обруча в обруч на одной и на двух ногах -2-3 раза.	через набивные мячи, руки за головой (2-3 раза).
Подвижные игры	<i>НРК «Урмэкуч хэм чебеннэр», «Пожарные на учении».</i>	<i>НРК «Буредэн кач», «Медведи и пчелы».</i>	<i>НРК «Сьерчык оялары», «Ловишки».</i>	<i>НРК «Хэйлэкэр толке», «Не оставайся на полу».</i>
Малоподвижные игры	«Мяч водящему»	Эстафета с мячом (большого диаметра)	«Летает, не летает»	«Угадай по голосу»

АПРЕЛЬ				
Темы Этапы занятия	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Построение в шеренгу, перестроение в колонну. Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; ходьба с перешагиванием через кубики, бег с перепрыгиванием через кубики (по одной стороне кубики положены на расстоянии 40 см один от другого, по другой - на 70-80 см).			
ОРУ	Без предметов	На скакалках	С большим мячом.	Без предметов.
Основные виды движений	УМК. Закрепление слов аю, куян, туп. 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360° на середине. 2. Прыжки из обруча в обруч (6- 8 шт.) на правой и левой ноге. 3. Метание в вертикальную цель с расстояния 4 м правой и левой рукой. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной. 5. Прыжки на двух ногах правым боком (3 прыжка), затем поворот в	УМК. Закрепление слов эт, курчак, поезд, машина, барабан. 1. Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед. 2. Прокатывание обруча друг другу, стоя в шеренгах. 3. Пролезание в обруч. 4. Прыжки через короткую скакалку на	УМК. Закрепление слов <i>матур, туп, зур машина</i> . 1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 м одной рукой . 2. Ползание по полу с последующим переползанием через скамейку. 3. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову. 4. Метание мешочков в вертикальную цель с	УМК. Закрепление слов <i>мэ, кил, утыр, рэхмэт, матур, исэнмесез, сау булыгыз</i> . 1. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом и спуск вниз, не пропуская реек. 2. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 3. Ходьба по канату (шнуру) боком приставным шагом с мешочком на голове. 4. Лазанье по гимнастической стенке одноименным способом, ходьба по

	прыжке на 180° и продолжение прыжков левым боком. 6. Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля его после отскока от пола двумя руками.	месте и с продвижением вперед. 5. Прокатывание обручей друг другу с расстояния 4 м (8-10 раз). 6. Пролезание в обруч.	расстояния. 5. Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны, приставляя пятку одной ноги к носку другой (2-3 раза). 6. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой.	рейке гимнастической стенки приставным шагом, спуск вниз. 5. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед. 6. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.
Подвижные игры	<i>НРК «Аю хэм бал кортлары», «Медведи и пчелы».</i>	«Ловишки-перебежки», <i>НРК «Куышу»</i>	«Удочка», <i>НРК «Толке тавык кетэклэгэндэ»</i>	<i>НРК «Тиенне тот», «Карусель».</i>
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру!»	Ходьба в колонне по одному, на носках.	«Угадай по голосу»	«Угадай по голосу»

МАЙ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Построение в шеренгу, построение в колонну по одному; ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя ходьба с перешагиванием через шнуры; бег с перешагиванием через шнуры (по другой стороне зала); ходьба и бег врассыпную.			
ОРУ.	Без предметов	С флажками	С малыми мечами	С мячом.
Основные виды движений	УМК. Закрепление слов <i>өйрәнелгән лексика</i> 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах с	УМК. Закрепление слов <i>өйрәнелгән лексика</i> 1. Прыжки в длину с разбега. 2. Перебрасывание мяча (диаметр 20 см) друг другу двумя руками от груди. 3. Ползание по прямой на ладонях	УМК. Закрепление слов <i>өйрәнелгән лексика</i> 1. Бросание мяча о пол одной рукой, а ловля двумя. 2. Лазанье - пролезание в обруч правым (левым)	УМК. Закрепление слов <i>өйрәнелгән лексика</i> 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками (хват рук с боков скамейки).

	<p>продвижением вперед (расстояние 4 м) до флажка.</p> <p>3. Бросание мяча (диаметр 8-10 см) о стену с расстояния 3 м одной рукой, а ловля двумя руками.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи, руки за головой.</p> <p>5. Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед на расстояние 5 метров.</p> <p>6. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах, и ловля его двумя руками после отскока от пола</p>	<p>и ступнях «по- медвежьи».</p> <p>4. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>5. Забрасывание мяча в корзину (кольцо) с расстояния 2 м (5-6 раз).</p> <p>6. Подлезание под дугу (обруч)</p>	<p>боком.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать.</p> <p>4.Бросание мяча о пол и ловля его одной рукой, бросание мяча вверх и ловля его одной рукой .</p> <p>5. Пролезание в обруч правым (левым) боком 3-4 раза подряд,</p> <p>Ходьба по скамейке, ударяя мячом о пол и ловя его двумя руками.</p>	<p>2. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, руки на поясе.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах между кеглями.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.</p> <p>5. Ходьба с перешагиванием через мячи боком, поднимая высоко колени.</p> <p>6. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями</p>
Подвижные игры	<i>НРК «Сьерчык оялары», «Мышеловка».</i>	<i>НРК «Кошлар хэм мэче» «Не оставайся на полу»,</i>	<i>НРК «Атлар», «Пожарные на учении».</i>	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»	«Найди и промолчи»	«Ходьба на месте».	«Летает и не летает»

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

СЕНТЯБРЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С малым мячом	С палками
Основные виды движения	УМК. Закрепление слов <i>Уйный</i> 1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо,	УМК. Закрепление слов <i>Хэерле көн</i> 1. Прыжки с доставанием до предмета, подвешенного на высоту поднятой руки ребенка. 2. Перебрасывание мяча через шнур	УМК. Закрепление слов <i>Син кем.</i> 1. Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе,	УМК. Закрепление слов <i>Бу нэрсэ?</i> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 2. Ходьба по гимнастической

	приставляя пятку одной ноги к носку другой. 2. Прыжки с места на мат (через набивные мячи) 3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы) 4. Ползание на животе по гимнастической скамейке. 5. Прыжки на 2х ногах ч/з шнур.	друг другу (из-за головы). 3Лазанье под шнур, не касаясь руками пола и не задевая его. 4Прыжки на двух ногах между предметами, положенными в одну линию (мячи, кубики, кегли). 5.Упражнение в переброске мяча стоя в шеренгах (снизу). 6.Упражнение в ползании - «крокодил».	3. Ходьба по гимнастической скамейке, с подниманием коленки высоко и хлопнуть под коленом в ладоши. 4. Бросание мяча правой и левой рукой попеременно, ловля его двумя руками. 5. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях («по-медвежьи».) 6. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине выполнить поворот в среднем темпе, затем пройти дальше.	скамейке; на середине скамейки присесть, хлопнуть в ладоши 3. Прыжки из обруча в обруч. 4. Лазанье в обруч, который держит партнер, правым и левым боком, стараясь не задеть верхний край обода. 5. Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи. 6. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры.
Подвижные игры	«Совушка», <i>НРК «Тычкан тозагы»</i>	«Не оставайся на полу», <i>НРК «Куз бэйлэи»</i>	«Удочка», <i>НРК «Чыпчыклар хэм мэче»</i>	«Не попадись», <i>НРК «Куяннар хэм аучылар»</i>
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Летает - не летает»	Ходьба .	«Найди и промолчи»

ОКТАБРЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруску; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	Без предметов.	С обручем	На гимнастических скамейках	С мячом
Основные виды	УМК. Закрепление слов <i>нишили?</i>	УМК. Закрепление слов	УМК. Закрепление	УМК. Закрепление слов

движений	<p><i>йоклый, утыра</i></p> <p>1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову; на середине присесть, руки в стороны.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге через шнуры, положенные по двум сторонам зала.</p> <p>3 Броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками.</p> <p>4.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него справа и слева,</p> <p>6. Переброска мячей (большой или средний диаметр) друг другу парами</p>	<p><i>“Дустыңны сыйла!”</i></p> <p>1 Прыжки с высоты 40 см на полусогнутые ноги на мат.</p> <p>2. Отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед.</p> <p>3 Ползание на ладонях и ступнях («по-медвежь») 4. Отбивание мяча одной рукой, продвигаясь вперед, и забрасывание мяча в корзину двумя руками.</p> <p>5. Лазанье в обруч на четвереньках; лазанье в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола.</p>	<p>слов <i>«Нишилисең?»</i></p> <p>1. Ведение мяча по прямой.</p> <p>2. Ползание по гимнастической скамейке .</p> <p>3 Ходьба по рейке гимнастической скамейки.</p> <p>4. Ведение мяча между предметами.</p> <p>5. Ползание на четвереньках по прямой, подталкивая вперед головой набивной мяч.</p> <p>6.Равновесие - ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову</p>	<p><i>«Нишилисең?»</i></p> <p>1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой; ползание под дугой или шнуром.</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге между предметами.</p> <p>3. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.</p> <p>5. Прыжки на двух ногах между предметами.</p> <p>6. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p>
Подвижные игры	«Перелёт птиц», <i>УМК «Эй, нэнилэр, нэнилэр»</i>	«Не оставайся на полу», <i>НРК «Куяннар хэм аучылар».</i>	«Удочка», <i>НРК «Хэйлэкэр толке»</i>	«Удочка», <i>НРК «Оясыз куке»</i>
Малоподвижные игры	«Съедобное – не съедобное».	«Эхо»	Летает не летает».	Ходьба .

НОЯБРЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег между предметами. По одной стороне зала выполняется ходьба «змейкой» между кеглями; по второй - бег между кубиками или мячами (набивными). Ходьба и бег врассыпную; построение в 3 колонны.			
ОРУ	Без предметов	Со скакалкой	С кубиками.	Парами с палкой
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов <i>уйный, уйный</i>.</p> <p>1.Равновесие - ходьба по канату (шнуру) боком, приставным шагом.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через шнуры, подряд без паузы</p> <p>3. Эстафета с мячом «Мяч водящему».</p> <p>4. Ходьба по канату боком приставным шагом, руки за голову.</p> <p>5. Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната.</p> <p>6. «Попади в корзину».</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>утырам</i>.</p> <p>1. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед.</p> <p>2. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед</p> <p>3. Броски мяча друг другу стоя в шеренгах (из-за головы)</p> <p>4. Ползание в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой.</p> <p>5. Передача мяча в шеренгах</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>барам, кая барасың?</i></p> <p>1. Ведение мяча в прямом направлении (баскетбольный вариант).</p> <p>2. Лазанье под дугу.</p> <p>3. Равновесие. Ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами, положенными в одну линию.</p> <p>4.Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4 м.</p> <p>5.Ползание «по-медвежьи» на ладонях и ступнях в прямом направлении.</p> <p>6. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>син нишилисең?</i></p> <p>1. Лазанье на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева попеременно, энергично отталкиваясь от пола.</p> <p>3 Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед, выпрямиться и пройти дальше.</p> <p>4. Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.</p> <p>5. Равновесие - ходьба на носках по уменьшенной площади опоры.</p> <p>6. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).</p>
Подвижные игры	«Догони свою пару», <i>НРК</i> «Почмак алыш»	«Фигуры», <i>НРК</i> «Капчыкны алмаштыр»	«Перелёт птиц», <i>НРК</i> «Сьерчык оялары»	«Фигуры», <i>НРК</i> «Аю хэм балалар».
Малоподвижные игры	«Угадай, чей голосок?»	«Затейники»	«Летает – не летает»	Ходьба с выполнением заданий дыхательные упражнения

ДЕКАБРЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения. Перестроение в колонну по одному, переход на ходьбу по кругу. Ходьба и бег по кругу; на сигнал воспитателя «Поворот!», все поворачиваются кругом и продолжают ходьбу; на сигнал воспитателя «Аист!» остановиться на одной ноге, слегка поджав вторую ногу, руки в стороны; продолжение ходьбы; на сигнал «Лягушки!» присесть, положив руки на колени; на сигнал «Зайки!» прыжки на двух ногах на месте. Бег в умеренном темпе			
ОРУ	В парах	С палками	С малым мячом	Без предметов
Основные виды движений	УМК. Закрепление слов <i>сикер-сикерэм</i> 1. Равновесие. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи. 2. Прыжки на двух ногах между предметами, огибая их. 3. Бросание малого мяча вверх одной рукой и ловля его двумя руками. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на пояс; на середине присесть, вынести руки вперед. 5. Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах. 6. Прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед.	УМК. Закрепление слов <i>йөгер-йөгерэм</i> 1. Прыжки на правой и левой ноге попеременно. 2. Эстафета с мячом «Передача мяча в колонне». 3. Ползание по скамейке на ладонях и коленях. 4. Прыжки на двух (на правой и левой поочередно) ногах между предметами. 5. Прокатывание мяча между предметами. 6. Ползание под шнур (дугу) правым и левым боком.	УМК. Закрепление слов <i>яшь. Сиңа ничә яшь?</i> 1. Подбрасывание мяча правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков. 3. Равновесие - ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 4. Перебрасывание мячей в парах. 5. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами. 6. Прыжки со скамейки на мат или коврик	УМК. Закрепление слов 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. 3. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. 4. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, спуск вниз, не пропуская реек. 5. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи, поднимая высоко колени, руки за голову. 6. Прыжки через короткую скакалку.
Подвижные игры	«Хитрая лиса», НРК «Капчыкны алмаштыр»	«Салки с ленточкой», НРК «Буредэн кач!»	«Попрыгунчики-воробышки», НРК «Уз тосенне эсләп тап!»	«Хитрая лиса», УМК «Эй, нэнилэр, нэнилэр»

Малоподвижные игры	«Фигуры».	«Угадай, чей голосок?»	«Найди и промолчи»	«Эхо»
--------------------	-----------	------------------------	--------------------	-------

ЯНВАРЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя выполняя задания для рук - за голову, на пояс, вверх; ходьба и бег врассыпную. Ходьба в колонне по одному с изменением направления движения по указанию воспитателя. Бег с высоким поднятием бедра.			
ОРУ	С палкой	С кубиком	С палками	со скакалкой
Основные виды движений	УМК. Закрепление слов <i>тавык, этэч, үрдэк, буре, тычкан</i> . 1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки с мешочком на голове. 2. Прыжки через препятствия (набивные мячи, бруски) с энергичным взмахом рук. 3. Проведение мяча с одной стороны зала на другую. 4. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг хлопок перед собой и за спиной. 5. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 6. Прокатывание мяча между предметами, стараясь не задевать их.	УМК. Закрепление слов <i>тавык, этэч, үрдэк, буре, тычкан</i> . 1. Прыжки в длину с места (на мат). 2. «Поймай мяч». 3. Ползание по прямой на четвереньках, подталкивая мяч впереди себя головой. 4. Бросание мяча (малый и средний диаметр) о стенку и ловля его после отскока о пол. 5. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.	УМК. Закрепление слов <i>чана, шуа</i> . 1. Перешагивания шнуры попеременно правой и левой ногой 2. Прокатывания мечей друг другу (сидя ноги врозь, дистанция 3 м). 3. Переброска мячей друг другу. 4. Ползание на ладонях и коленях в прямом направлении 5. Кружение парами.	УМК. Закрепление слов <i>чана, шуа</i> . 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине. 2. Равновесие - ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки. 3. Прыжки через короткую скакалку различными способами. 4. Ползание на четвереньках между предметами, разложенными по двум сторонам зала. 5. Равновесие - ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за голову. 6. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
Подвижные игры	«День и ночь», НРК «Тычкан тозагы»	«Совушка», НРК «Оясыз куке»	«Удочка», НРК «Мэче хэм тычканнар»	«Паук и мухи», НРК «Кыршаулар белэн уеннар»
Малоподвижные	«Ножки отдыхают».	«Чей голос?».	«Затейники»	По выбору детей.

игры	Массаж стоп мячами ежиками			
------	----------------------------	--	--	--

ФЕВРАЛЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба на носках, руки на пояс; переход на обычную ходьбу, затем ходьба с хлопками на каждый шаг перед собой и за спиной. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания форме игры «Река и ров».			
ОРУ	С обручем	С палкой	С предметов	С мячом (большой диаметр)
Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление слов «<i>Син нишилисең?</i>»</p> <p>1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи</p> <p>2.Броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками.</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через короткие шнуры (без паузы).</p> <p>4. Равновесие - ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову.</p> <p>5. Прыжки между предметами (кубики, мячи, кегли) на правой, затем левой ногой.</p> <p>6. «Кто быстрее».</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>ак, кара</i></p> <p>1.Прыжки - подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед.</p> <p>2.Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (баскетбольный вариант).</p> <p>3.Лазанье пол дугу (шнур) прямо и боком.</p> <p>4.Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ноге, используя энергичный взмах рук.</p> <p>5.Ползание на ладонях и коленях между предметами.</p> <p>6.Переброска мяча друг другу в парах (баскетбольный вариант).</p>	<p>УМК. Закрепление слов «<i>Син нишилисең?</i>»</p> <p>1. Лазанье на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролет</p> <p>2. Равновесие - ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам</p> <p>3.«Попади в круг».</p> <p>4. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет.</p> <p>5. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, попеременно правой и левой ногой.</p> <p>6. Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.</p>	<p>УМК. Закрепление слов <i>ак, кара</i></p> <p>1.Прыжки - подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед.</p> <p>2.Переброска мячей друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди (баскетбольный вариант).</p> <p>3.Лазанье пол дугу (шнур) прямо и боком.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между предметами, затем на правой и левой ногой, используя энергичный взмах рук.</p> <p>5.Ползание на ладонях и коленях между предметами.</p> <p>6.Переброска мяча друг другу в парах.</p>

Подвижные игры	«Ключи», <i>НРК «Атлар»</i>	«Не оставайся на земле», НРК «Урмэжуч хэм чебеннэр»	«Не попадись», <i>НРК «Йомырка белэн йогеру»</i> .	«Жмурки», <i>НРК «Балалар хэм чуртан»</i>
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Море волнуется раз»	«Найди и промолчи».	«Угадай, чей голосок?».

МАРТ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 3, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы, по сигналу воспитателя переход на обычную ходьбу, ходьба в полу приседе, руки на коленях; ходьба и бег врассыпную.			
ОРУ	С малым мячом	С флажками	С палкой	Без предметов
Основные виды движений	УМК. Закрепление слов <i>ак, кара, жырла, жырлыйм</i> . 1.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу - на середине разойтись таким образом, чтобы сохранить равновесие и не упасть со скамейки. 2. Прыжки. 3. Эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге». 4. Равновесие - ходьба в колонне по одному по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой и за спиной. 5. Прыжки на правой и	УМК. Закрепление слов <i>зур рахмэт</i> . 1.Прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед. 2.Перебрасывание мяча через сетку (веревку) двумя руками и ловля его после отскока от пола (земли). 3.Ползание под шнур, не касаясь руками пола (сгруппироваться «в комочек») 4. Прыжки через шнуры, разложенные вдоль зала по двум сторонам. 5.Переброска мячей (большой диаметр) в парах;	УМК. Закрепление слов <i>зур рахмэт</i> . 1.Метание мешочков в горизонтальную цель. 2.Ползание в прямом направлении на четвереньках. 3.Равновесие, - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки свободно балансируют (или руки на пояс). 4.Метание мешочков в горизонтальную цель. 5.Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на ладони и колени с мешочком на спине. 6.Равновесие - ходьба между	УМК. Закрепление слов <i>ак, кара, жырла, жырлыйм</i> . 1.Лазанье на гимнастическую стенку 2.Равновесие - ходьба по прямой с перешагиванием через набивные мячи, разложенные на расстоянии одного шага ребенка, попеременно правой и левой ногой, руки за голову 3.Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 4.Лазанье под шнур прямо и боком, не задевая шнур. 5.Передача мяча - эстафета «Передача мяча в шеренге». 6.Прыжки через короткую

	левой ногой, продвигаясь вперед. 6. Эстафета с мячом.	6. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке «по-медвежьи».	предметами, «змейкой» с мешочком на голове.	скакалку на месте и продвигаясь вперед.
Подвижные игры	«Ключи», <i>НРК «Куяннар»</i>	«Затейники»,	«Волк во рву».	«Совушка», <i>НРК «Коткаручы таяк»</i>
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется», <i>НРК «Эби, уян!»</i>	<i>НРК «Тоймэ салыш»</i>	По выбору детей.

АПРЕЛЬ				
	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Игра «Быстро возьми». Ходьба в колонне по одному, ходьба вокруг кубиков (кубиков на два меньше, чем количества детей); бег; переход на ходьбу. Воспитатель говорит: «Быстро возьми!» Каждый ребенок должен быстро взять кубик. Тот, кто остался без кубика, считается проигравшим. Повторить 3 - 4 раза. По сигналу педагога перестроение в пары (колонна по два);			
ОРУ	С малым мячом	С обручем	Без предметов	На гимнастических скамейках
Основные виды движений	УМК. Закрепление <i>Нэрсэ кирэк?</i> 1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, продвигаясь вперед. 3. Переброска мячей в шеренгах. 4. Ходьба по скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; 5. Прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед. 6. Переброска мячей друг другу в	УМК. Закрепление <i>уеннар</i> 1. Прыжки в длину с разбега. 2. Броски мяча друг другу в парах. 3. Ползание на четвереньках - «Кто быстрее до кубика». 4. Прыжки в длину с разбега (энергичный разбег, приземление на обе ноги). 5. Эстафета с мячом «Передал - садись». 6. Лазанье под шнур в	УМК. Закрепление <i>Мин тычкан. Мин куян. Мин буре. Мин төлке. Мин аю.</i> 1. Метание мешочков на дальность - «Кто дальше бросит». 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. 3. Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через предметы. 4. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени между предметами (расстояние между предметами 1 м).	УМК. Закрепление <i>Мин тычкан. Мин куян. Мин буре. Мин төлке. Мин аю.</i> 1. Бросание мяча в шеренгах. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Равновесие - ходьба на носках между предметами с мешочком на голове 4. Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно. 5. Переброска мячей друг другу в парах (способ произвольный);

	парах (способ по выбору детей).	группировке, не касаясь руками пола и не задевая шнур.	5.Прыжки через короткую скакалку на месте, вращая ее вперед, назад, с крестно (способ по выбору детей).	6.Игровое упражнение с бегом «Догони пару».
Подвижные игры	«Хитрая лиса», <i>НРК «Хэйлэкэр телке»</i>	«Мышеловка», <i>НРК «Мэче хэм тычканнар»</i>	«Затейники», <i>НРК «Куяннар хэм аучылар»</i>	«Салки с ленточкой»,
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Чей голос?»	«Парашют»	«Кто ушел», <i>НРК «Тоймэ салыш»</i>

МАЙ

	1-я неделя/ занятия 1-2	2-я неделя/ занятия 3-4	3 неделя/ занятия 5-6	4 неделя/ занятия 7-8
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед.			
ОРУ	С обручем	С мячом (большой диаметр)	Без предметов	С палками

Основные виды движений	<p>УМК. Закрепление “Кем, нэрсэ ярата?”</p> <p>1.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, передавая мяч перед собой и за спиной на каждый шаг.</p> <p>2.Прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперед.</p> <p>3.Броски малого мяча о стену и ловля его после отскока, с дополнительным заданием.</p> <p>4.Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине скамьи разойтись.</p> <p>5. Броски мяча верх одной рукой и ловля его двумя руками.</p> <p>6. Прыжки на двух ногах между предметами.</p>	<p>УМК. Закрепление <i>өйрэнелгэн лексиканы кабатлау.</i></p> <p>1.Прыжки в длину с места.</p> <p>2.Ведение мяча одной рукой, продвигаясь вперед шагом.</p> <p>3.Пролезание в обруч прямо и боком, не касаясь руками пола и не касаясь верхнего края обруча.</p> <p>4. Прыжки в длину с разбега.</p> <p>5. Метание мешочков в вертикальную цель.</p> <p>6. Равновесие - ходьба между предметами с мешочком на голове.</p>	<p>УМК. Закрепление <i>өйрэнелгэн лексиканы кабатлау.</i></p> <p>1.Метание мешочков на дальность.</p> <p>2.Равновесие - ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.</p> <p>4.Метание мешочков на дальность правой и левой рукой .</p> <p>5.Лазанье под шнур прямо и боком, не касаясь руками пола.</p> <p>6.Равновесие - ходьба между предметами на носках с мешочком на голове.</p>	<p>УМК. Закрепление <i>өйрэнелгэн лексиканы кабатлау.</i></p> <p>1.Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет, ходьба по рейке (четвертая рейка) и спуск вниз.</p> <p>2.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики.</p> <p>3.Прыжки на двух ногах между кеглями.</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках - «помедвежьи».</p> <p>5.Прыжки между предметами на правой и левой ноге.</p> <p>6.Равновесие - ходьба с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове</p>
Подвижные игры	«Совушка», <i>НРК «Куыш уены»</i>	«Горелки», <i>НРК «Буш урын»</i>	«Воробьи и кошка».	«Охотники и утки», <i>НРК «Аучылар, куяннар хэм этлэр»</i>
Малоподвижные игры	«Великаны и гномы».	«Летает - не летает»	«Море волнуется», <i>НРК «Аю, мине таный»</i>	«Летает - не летает».

