



**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8 «Родничок» г. Грязи
Грязинского муниципального района Липецкой области
(МАДОУ д/с № 8 «Родничок» г. Грязи)**

РАССМОТРЕНА
педагогическим советом
(протокол от 29.08.2022 г. № 1)

УТВЕРЖДЕНА
приказом МАДОУ д/с № 8 «Родничок»
г. Грязи
(от 29.08.2022 г. № 232 – О)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
для детей дошкольного возраста 2-8 лет
группы общеразвивающей направленности
на 2021-2022 учебный год**

инструктор по физической культуре: Чекрякова О. В.

г. Грязи

Содержание

№	Наименование разделов	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Расписание образовательной деятельности	4
3.	Возрастные особенности детей	5
4.	Распределение детей раннего и дошкольного возраста по группам здоровья	8
5.	Образовательная область «Физическое развитие»	8
6.	Планируемые результаты освоения Программы	15
7.	Психолого-педагогические условия реализации Программы	16
7.1.	Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды	16
7.2.	Роль педагога в организации психолого – педагогических условий	17
8.	Воспитательная работа с детьми	18
9.	Методическое обеспечение программы	19
10.	Приложение	20

1. Пояснительная записка

Рабочая программа (далее - Программа) разработана для детей дошкольного возраста 2-8 лет групп общеразвивающей направленности разработана на основе «Основной общеобразовательной программы муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 8 «Родничок» г. Грязи Грязинского муниципального района Липецкой области» (далее - ДОО) и включает содержание, тематическое планирование и условия реализации программы.

Цель Программы - создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Цель Программы достигается через решение следующих задач:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 6) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 7) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 8) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Образовательная деятельность запланирована в соответствии с возрастными особенностями детей, что способствует их гармоничному развитию.

Проектирование образовательной деятельности

Образовательная область	ОД	Количество в неделю	Количество в месяц	Количество в год
«Физическое развитие»	Дошкольный возраст 2-3 года	10 x 3	12	102
	Дошкольный возраст 3-4 года	15 x 3	12	108
	Дошкольный возраст 4-5 лет	20 x 3	12	108
	Дошкольный возраст 5-6 лет	25 x 3	12	108
	Дошкольный возраст 6-8 лет	30 x 3	12	108

2. Расписание образовательной деятельности

3. Дошкольный возраст 2-8 лет	Время	Возраст	Группа
Дошкольный возраст 4-6 лет	9.35 – 9.55	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 4
	10.20 – 10.50	Дошкольный возраст 6-8 лет	№ 3
	16.30 – 16.55	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 8
Вторник	8.30 – 8.40	Ранний возраст 2 – 3 года	№ 5
	9.00 – 9.15	Дошкольный возраст 3-4 года	№ 6
	9.30 – 9.50	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 10
	10.25 – 10.50	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 11
Среда	8.50 - 9.00	Ранний возраст 2-3 года	№ 5
	9.00 - 9.25	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 11
	9.35 - 9.50	Дошкольный возраст 3-4 года	№ 6
	10.25 - 10.45	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 4
	11.00 – 11.30	Дошкольный возраст 6-8 лет	№ 3
	16.30 – 16.55	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 8
Четверг	9.00 - 9.20	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 10
	9.40 - 10.10	Дошкольный возраст 6-8 лет	№ 3
	11.10 - 11.35	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 8
	16.30 – 16.55	Дошкольный возраст 5-6 лет	№ 11
Пятница	8.30 - 8.40	Ранний возраст 2-3 года	№ 5
	9.00-9.15	Дошкольный возраст 3-4 года	№ 6
	9.30-9.50	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 4
	10.40-11.00	Дошкольный возраст 4-5 лет	№ 10

3. Возрастные особенности

Ранний возраст 2-3 года. Ближе к двум годам ребенок уже достаточно освоил ходьбу. Физическое развитие в 2 года позволяет малышу совершать небольшие пробежки, резко останавливаться, чтобы подобрать интересный предмет. Большинство детей первых двух лет жизни разворачивают ступни ног внутрь. Это связано особенностями физического развития детей 2-х лет - дело в том, что до 3-х лет у малышей нет прогиба на ступне, и таким образом они компенсируют его отсутствие. Если ребенок спотыкается при ходьбе и беге, не стоит волноваться. Если физическое развитие ребенка в 2 года происходит нормально, то со временем все нормализуется. Важно помнить, что детские кости находятся в процессе непрерывного роста и привычка спать в неправильной позе или сидеть, поджав ноги под себя, могут способствовать искривлению бедренных костей.

Дошкольный возраст 3-4 года. На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

Дошкольный возраст 4-5 лет. Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать 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.

Дошкольный возраст 5-6 лет. Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную инструктором по физической культуре, 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 повторяют 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, 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. На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности. В развитии мышц выделяются несколько «узловых» периодов. Один из них возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия, столь необходимая при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. Детям легче выполнять упражнения, где имеется большая площадь опоры, но полезны и недлительные позы с опорой на одну ногу, например, в подвижных играх: «Сделай фигуру», «Совушка», «Цапля» и др. Резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей шестого года жизни заметно расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений. Общий объём бега на одном занятии для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6 до 1,5 км, а количество прыжков на месте до 150-160 с двумя непродолжительными интервалами для отдыха. Контроль и оценка как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребёнку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои практические и игровые действия, двигательных действий: прыжков в длину и высоту с разбега, метания и др.

Дошкольный возраст 6-8 лет. Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его 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. Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

4. Распределение детей раннего и дошкольного возраста по группам здоровья

Схема распределения детей раннего и дошкольного возраста по группам здоровья

группы	хроническая патология	функциональное состояние основных органов и систем	резистентность и реактивность	физическое и нервно-психическое развитие
группа 1. без отклонений	отсутствует	без отклонений	заболеваемость за период, предшествующий наблюдению, – редкие и легко протекающие острые заболевания	нормальное, соответствует возрасту
группа 2. с функциональными отклонениями (группа риска)	отсутствует	наличие функциональных отклонений	продолжительные острые заболевания с последующим затяжным периодом выздоровления (вялость, повышенная возбудимость, нарушения сна и аппетита, субфебрилитет и т. д)	нормальное физическое развитие или избыток массы тела 1-й степени. нормальное или нерезко выраженное отставание нервно-психического развития

<p>группа 3. состояние компенсации</p>	<p>наличие хронической патологии, врожденных дефектов развития органов и систем без изменения функций</p>	<p>наличие функциональных отклонений без клинических проявлений</p>	<p>редкие, нетяжелые по характеру течения обострения хронического заболевания без выраженного ухудшения общего состояния и самочувствия</p>	<p>нормальное физическое развитие, дефицит или избыток массы тела 1-й или 2-й степени, низкий рост, нервно-психическое развитие нормальное или отстает</p>
<p>группа 4. состояние субкомпенсации</p>	<p>наличие хронической патологии, врожденных дефектов развития органов</p>	<p>изменение функций пораженных органов, клинические проявления заболевания</p>	<p>частые обострения основного хронического заболевания. частые простудные заболевания с затяжным периодом восстановления</p>	<p>нормальное физическое развитие, дефицит или избыток массы тела 1-й или 2-й степени, низкий рост, нервно-психическое развитие нормальное или отстает</p>
<p>группа 5. состояние декомпенсации</p>	<p>наличие тяжелой хронической патологии или тяжелого врожденного порока, приводящих к инвалидности ребенка</p>	<p>выраженные изменения функций пораженных органов и систем</p>	<p>частые тяжелые обострения основного хронического заболевания, частые острые заболевания</p>	<p>нормальное физическое развитие, дефицит или избыток массы тела 1-й или 2-й степени, низкий рост, нервно-психическое развитие нормальное или отстает</p>

5. Образовательная область «Физическое развитие»

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

Физическое развитие включает:

- двигательная деятельность.

Ранний возраст (2-3 года)

Двигательная деятельность

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать основные жизненно важные движения. Формировать умения в основных видах движения (беге, ходьбе, прыжках). Совершенствовать грациозность, выразительность движения. Учить выразительности движений.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.). Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Воспитывать умение действовать самостоятельно.

Дошкольный возраст (3-4 года)

Двигательная деятельность

Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании друг другу, развивая координацию движений и глазомер. Учить группироваться при лазании под шнур. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при ползании на четвереньках, упражнений в равновесии и прокатывании мяча между предметами. Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением задания; прыжках из обруча в обруч. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве. Упражнять детей в умении группироваться при лазании под дугу, не касаясь руками пола. Упражнять детей в прыжках на двух ногах между предметами. Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов, в лазании по наклонной доске. Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом. Упражнять в бросании мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер. Упражнять в ползании под шнур, не касаясь руками пола. Упражнять детей в прыжках через шнуры. Упражнять в ползании на ладонях и ступнях. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную

координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его мяч двумя руками одновременно; в ползании на повышенной опоре. Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его; ползание по гимнастической скамейке. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Дошкольный возраст (4-5 лет)

Двигательная деятельность

Учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры и при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании на месте и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед, в прыжках в длину с места. Упражнять детей в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета, упражнять в прокатывании мяча. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному на носках, беге враспынную, беге с перешагиванием и беге с изменением направления движения; учить катать обруч друг другу. Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки и между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. Повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками. Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками. Повторить ползание на четвереньках (с опорой на ладони и ступни). Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч. Упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках. Развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. Упражнять в прыжках и беге с ускорением, с остановкой по сигналу воспитателя; ползании на животе и на четвереньках по гимнастической скамейке. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, в вертикальную цель. Развивать ловкость и координацию движения в прыжках через препятствие. Упражнять детей в перестроении в пары на месте. Упражнять в ходьбе ступающим шагом. Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе. Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего, с высоким

подниманием колен, в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Закреплять умение правильно подлезать под шнур. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения, беге враспынную. Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно). Учить прыжкам через короткую скакалку на двух ногах на месте. Упражнять в ходьбе и беге парами. Закреплять умение перестраиваться по ходу движения. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево), упражнять в лазанье на гимнастическую стенку и спуске с неё. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног, с высоким подниманием колен. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Дошкольный возраст (5-6 лет)

Двигательная деятельность

Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперёд и перебрасывании мяча. Упражнять в построении в колонны, в ходьбе на носках и беге между предметами; развивать координацию движений в прыжках в высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. Закрепить ходьбу и бег между предметами, враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя. Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге, продолжительностью до 1 минуты, в беге и ходьбе в чередовании. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони, в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Учить перебрасывать мячи друг другу в шеренгах на расстоянии 2,5 метра одна от другой. Упражнять в ходьбе и беге с изменением темпа движения по сигналу воспитателя, с перешагиванием через препятствия; в пролезании в обруч боком, не задевая его за край. Упражнять в беге на длинную дистанцию, на скорость. Упражнять в ходьбе боком приставным шагом по гимнастической скамейке. Знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола). Обучать повороту по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному. Развивать координацию движения и глазомер при метании в цель. Знакомить с игрой в бадминтон. Упражнять в ходьбе парами, в равновесии и прыжках. Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга. Обучать ходьбе по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону. Закреплять умение ловить мяч. Учить лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, меняя темп. Упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо, в корзину. Обучать прыжку в длину с места, с разбега; упражнять в прокатывании мяча головой. Упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю. Обучать метанию в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё. Обучать ходьбе по канату (шнур) с мешочком на голове. Учить бегать

наперегонки, с преодолением препятствий. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании (мешочков) в цель, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель. Обучать прыжкам с короткой скакалкой. Упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер. Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Дошкольный возраст (6-8 лет)

Двигательная деятельность.

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча. Совершенствовать технику основных движений, добываясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений. Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир - кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие. Повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке. Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры. Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта». Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом. Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием

колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом. Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча. Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом. Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом. Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугой, в равновесии. Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом. Разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие. Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом. Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге врассыпную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом. Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом. Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом. Упражнять детей ходьбе в колонне по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание. Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие. Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие. Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность. Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие. Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге врассыпную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке. Знакомить с игрой «хоккей»; упражнять в метании снежков на дальность; упражнять в прыжках на двух ногах. Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке. Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур. Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках. Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках. Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением

дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу). Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой. Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом. Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом. Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом. Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре. Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения на равновесие и прыжки. Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом. Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом. Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками. Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках. Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии. Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом. Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку. Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; повторить упражнение в равновесии с дополнительным заданием. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках. Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии. Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазаньи на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках. Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки, закрепление катания на велосипедах по зигзагу.

Подвижные игры.

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве;

самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Содержание обязательной части образовательной области «Физическое развитие» соответствует программе «От рождения до школы» под редакцией Вераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А.

6. Планируемые результаты освоения Программы

Ранний возраст 2-3 года.

В образовательной области «Физическое развитие» к трём годам ребёнок:

- Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.).
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы.
- Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям.
- Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.

Дошкольный возраст 3-4 года.

К концу года дети могут научиться:

- Действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.
- Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- Сохранять равновесие при ходьбе и беге, при перешагивании через предметы.
- Ползать на четвереньках, лазать по лесенке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Катать мяч в заданном направлении, ударять мечом об пол, метать предметы левой и правой рукой.
- Пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

Дошкольный возраст 5-6 лет.

К концу года дети могут:

- Выполнять ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 метров, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать размах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать за лыжами.
- Кататься на самокате.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Участвовать в подвижных играх и физических упражнениях.
- Участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- Пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Дошкольный возраст 6-8 лет.

К восьми годам ребёнок: результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости в своих движениях. Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.

К концу года дети могут:

- Правильно выполнять все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
- Перебрасывать набивные мячи, бросать предметы в цель, перестраиваться в 3-4 колонны, 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй».
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следить за правильной осанкой.
- Участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол).

7. Психолого - педагогические условия реализации Программы

7.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) соответствует требованиям ФГОС ДО и санитарно-эпидемиологическим требованиям.

РППС обеспечивает реализацию Программы. РППС – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (спортивным залом, спортивной площадкой, предназначенными для реализации Программы), материалами (фитболы, степ-платформы, мячи, обручи, гимнастические палки, маты, коврики, скакалки, мягкие модули, гимнастические дуги, палатка – парашют), оборудованием (силовые и кардио - тренажёры, шведская стенка, канат, турник, скамейки, щиты для метания), и средствами обучения детей дошкольного возраста. РППС обеспечивает возможность реализации разных видов детской активности: игровой, коммуникативной, двигательной, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития. РППС создана для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей,

уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития. РППС обеспечивает условия для физического развития детей. Среда стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка предоставляет условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) трансформируемы (меняется в зависимости от игры и предоставляет достаточно места для двигательной активности).

7.2. Роль педагога в организации психолого-педагогических условий

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства. Инструктор по физической культуре создаёт атмосферу принятия, в которой каждый ребенок чувствует, что его ценят и принимают таким, какой он есть; могут выслушать его и понять.

Для обеспечения эмоционального благополучия педагог должен:

- общаться с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;
- внимательно выслушивать детей, показывать, что понимает их чувства, помогать делиться своими переживаниями и мыслями;
- помогать детям обнаружить конструктивные варианты поведения;

Формирование доброжелательных, внимательных отношений

Воспитание у детей доброжелательного и внимательного отношения к людям возможно только в том случае, если педагог сам относится к детям доброжелательно и внимательно, помогает конструктивно разрешать возникающие конфликты.

Для формирования у детей доброжелательного отношения к людям педагогу следует:

- устанавливать понятные для детей правила взаимодействия;
- создавать ситуации обсуждения правил, прояснения детьми их смысла;
- поддерживать инициативу детей старшего дошкольного возраста по созданию новых норм и правил (когда дети совместно предлагают правила для разрешения возникающих проблемных ситуаций).

Развитие самостоятельности

Развитие самостоятельности включает две стороны: адаптивную (умение понимать существующие социальные нормы и действовать в соответствии с ними) и активную (готовность принимать самостоятельные решения).

Дети должны чувствовать, что их попытки пробовать новое будут поддержаны взрослыми. Это возможно в том случае, если образовательная ситуация будет строиться с учетом детских интересов. Для формирования детской самостоятельности педагог выстраивает образовательную среду таким образом, чтобы дети могли:

- изменять или конструировать игровое пространство в соответствии с возникающими игровыми ситуациями;
- быть автономными в своих действиях и принятии доступных им решений.

С целью поддержания детской инициативы педагогу следует регулярно создавать ситуации, в которых дошкольники учатся:

- совершать выбор и обосновывать его (например, детям можно предлагать специальные способы фиксации их выбора);
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);

- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде;
- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

Создание условий для развития свободной игровой деятельности

Игра – одно из наиболее ценных новообразований дошкольного возраста. Играя, ребенок свободно и с удовольствием осваивает мир во всей его полноте – со стороны смыслов и норм, учась понимать правила и творчески преобразовывать их. Развитие свободной игровой деятельности требует поддержки со стороны взрослого. При этом роль педагога в игре может быть разной в зависимости от возраста детей, уровня развития игровой деятельности, характера ситуации и пр. Педагог может выступать в игре и в роли активного участника, и в роли внимательного наблюдателя.

С целью развития игровой деятельности педагоги должны уметь:

- создавать в образовательной деятельности условия для свободной игры детей;
- определять игровые ситуации, в которых детям нужна косвенная помощь;
- наблюдать за играющими детьми и понимать, какие именно события дня отражаются в игре;
- отличать детей с развитой игровой деятельностью от тех, у кого игра развита слабо;
- косвенно руководить игрой, если игра носит стереотипный характер (например, предлагать новые идеи или способы реализации детских идей).

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

8. Воспитательная работа с детьми

Календарный план воспитательной работы на 2021/2022 учебный год

Физическое и оздоровительное направление воспитания			
День защитника отечества. Спортивный праздник «С физкультурой я дружу – в родной Армии служу!»	5 – 8 лет	Февраль	Инструктор по физической культуре
День здоровья «Спорт нам поможет силы умножить»	5 – 8 лет	Апрель	Инструктор по физической культуре
День физкультурника	4 – 8 лет	Август	Инструктор по физической культуре

9. Методическое обеспечение Программы

- Найбауэр А.В. Мама-рядом. - М., Мозаика-Синтез, 2017.
- Веракса А.Н. Индивидуальная психологическая диагностика дошкольника. - М., Мозаика-Синтез, 2018.
- Стребелева Е.А. Психолого-педагогическая диагностика нарушений развития детей. - М., Мозаика-Синтез, 2016.
- Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников.- М. Мозаика-Синтез, 2009.
- Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду. - М., Мозаика-Синтез, 2006.
- Степаненкова Э.Я. Методика проведения подвижных игр. - М., Мозаика-Синтез, 2009.
- Рунова М. А., Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика - Синтез, 2000.
- Лавров Н.Н. Дыхание по Стрельниковой, Феникс, 2005.
- Антонов Ю.И., Социальная технология научно-практической школы им. Змановского: Здоровый дошкольник. М., АРТИ, 2001.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 3-4 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 4-5 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 5-6 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду для занятий с детьми 6-7 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2016.
- Фёдорова С. Ю. Примерные планы для занятий с детьми 2-3 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2017.
- Фёдорова С. Ю. Примерные планы для занятий с детьми 5-6 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2017.
- Фёдорова С. Ю. Примерные планы для занятий с детьми 6-7 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2017.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 2-3 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 3-4 года. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. - М.: Мозаика - Синтез, 2021.
- Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! М, 2004.
- Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. М. Просвещение, 2006.
- Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М., 2004.
- Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников. М. 2005.

10. Календарно – тематическое планирование
Дошкольный возраст 2-3 года

№ п/п	Тема	Содержание	Дата проведения	
			По плану гр. № 5	По факту
1	«Мой веселый звонкий мяч»	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечить охрану и укрепление здоровья детей. Учить скатывать мяч с горки.	01.09.21 г.	
2	«Зайчик в гостях у детей»	Учить детей прыжкам на двух ногах на месте с хлопками, развивать умение ползать, закрепить умение детей катать мяч друг другу. Воспитывать правильную осанку.	03.09.21 г.	
3	«К Мишке в гости»	Учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперед. Продолжать формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.	07.09.21 г.	
4	«Шарики в подарок»	Учить детей пролезать в вертикально стоящий обруч, не касаясь его. Упражнять в катании шаров двумя руками друг другу. Совершенствовать умение реагировать на сигнал.	08.09.21 г.	
5	«Любим тоже мы трудиться»	Формировать умение детей прыжкам на двух ногах, прокатыванию мяча друг другу и проползанию в вертикально стоящий обруч.	10.09.21г.	
6	«Мы порядок наведем»	Учить детей прокатывать мяч одной рукой (правой, левой) воспитателю. Продолжать упражнять в подпрыгивании на двух ногах с хлопком. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям.	14.09.21 г.	
7	«Ходим кругом друг за другом»	Учить детей подпрыгивать вверх до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка. Совершенствовать умение детей ходить друг за другом не наталкиваясь.	15.09.21 г.	
8	«Если с другом вышел в путь»	Учить прыжкам на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед. Способствовать развитию чувства равновесия.	17.09.21г.	
9	«Хороводы у березки»	Учить детей умению подлезать под веревку. Закрепить умение подпрыгивать до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка. Воспитывать умение действовать по сигналу.	21.09.21г.	
10	«На осенней полянке»	Учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч, упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие. Помогать преодолевать робость, способствовать развитию умений действовать по сигналу.	22.09.21г.	
11	«Встреча с яблонькой»	Закрепить у детей подпрыгивание вверх, прокатывание мяча под дугу и	24.09.21г.	

		пролезание за ним. Совершенствовать умение реагировать на сигнал.		
12	«В осеннем саду»	Учить детей ходить и бегать в различных направлениях. Закреплять умение прыгать на двух ногах, на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	28.09.21г.	
13	«Выросла репка большая-пребольшая»	Учить детей подползанию под веревку, приподнятую на 50 см от пола. Развивать внимание, координацию движений.	29.09.21г.	
14	«Урожай у нас хорош»	Упражнять детей в прыжках в длину, ползании на четвереньках и подлезании под веревку. Способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве.	01.10.21г.	
15	«На грибной полянке»	Учить детей ходьбе по наклонной доске, упражнять в метании на дальность от груди. Приучать согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу.	01.10.21г.	
16	«У медведя во бору»	Закрепить пролезание в вертикально стоящий обруч, подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых ребенка. Способствовать психо-физическому развитию ребенка.	05.10.21г.	
17	«В осеннем лесу»	Учить детей скатыванию мяча среднего размера с горки и скатыванию вслед за ним. Закрепить пролезание в два вертикально стоящих друг за другом обруча.	06.10.21г.	
18	«На опушке леса»	Учить детей прыжкам на двух ногах на месте с мячом в руках. Упражнять в проползании заданного расстояния с прокатываем мяча перед собой. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.	08.10.21г.	
19	«Веселые зайчата»	Учить детей ходить в разных направлениях, не наталкиваясь. Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании мяча на дальность правой и левой рукой, воспитывать умение сдерживать себя. Закрепить прыжки на двух ногах.	12.10.21г.	
20	«Маша и Медведь»	Продолжать совершенствовать умение организованно перемещаться в определенном направлении. Учить подлезать под рейку. Совершенствовать прыжок в длину с места на двух ногах, упражнять в ползании, развивать ловкость и координацию движений.	13.10.21г.	
21	«Озорные котята»	Учить детей бросать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места. Закреплять умение ходить по кругу, взявшись за руки.	15.10.21г.	
22	«На бабушкином дворе»	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической, катании мяча под дугу, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по	19.10.21г.	

		гимнастической скамейке.		
23	«Птички –невелички»	Учить детей прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, развивать ловкость, глазомер и чувство равновесия.	20.10.21г.	
24	«Тише, детки тише, воробышки на крыше»	Упражнять детей в прыжках в длину с места на двух ногах, в ползании на четвереньках и подлезании. Воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них.	22.10.21г.	
25	«Маленькие черепашки»	Учить детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать внимание, координацию движений.	26.10.21г.	
26	«Мой друг попугай»	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми.	27.10.21г.	
27	«Веселые поварята»	Учить детей бросанию на дальность, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления, развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.	29.10.21г.	
28	«Витаминки в корзинке»	Учить детей лазать по гимнастической стенке, закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, совершенствовать прыжок в длину с места, развивать чувство равновесия, воспитывать смелость, выдержку и внимание.	02.11.21г.	
29	«Веселые гонки»	Закреплять у детей умение ходить в колонне по одному, упражнять в бросании в горизонтальную цель правой и левой рукой, совершенствовать прыжки в длину с места, учить во время броска соблюдать указанное направление.	03.11.21г.	
30	«Поехали кататься»	Закреплять у детей умение ползать и подлезать под верёвку, совершенствовать навык бросания на дальность из-за головы, выполнять бросок только по сигналу, учить согласовывать свои движения с движениями товарищей.	09.11.21г.	
31	«Мы – шоферы»	Учить детей прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, ловкость и координацию движений, воспитывать дружеские взаимоотношения.	10.11.21г.	
32	«Не играй у дороги»	Закреплять у детей умение ползать по гимнастической скамейке, бросать на дальность правой и левой рукой, учить быстро реагировать на сигнал.	12.11.21г.	

33	«Играем в снежки»	Учить детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть.	16.11.21г.	
34	«На зимней прогулке»	Закреплять у детей умение бросать в горизонтальную цель правой и левой рукой, учить ползать по гимнастической скамейке, развивать чувство равновесия и координацию движений, приучать детей выполнять задания самостоятельно.	17.11.21г.	
35	«В гостях у белочки»	Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой, развивать глазомер.	19.11.21г.	
36	«Может встречу я в лесу настоящую лису...»	Упражнять детей в прыжках в длину с места, ползании на четвереньках и подлезании под рейку, закреплять умение ходить по гимнастической скамейке, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве.	23.11.21г.	
37	«Снеговик зовет играть»	Упражнять детей в метании на дальность правой и левой рукой, учить ходьбе по наклонной доске, следить, чтобы дети были внимательны, дружно играли.	24.11.21г.	
38	«У снежной крепости»	Упражнять детей в бросании в горизонтальную цель, учить прыгать с места в длину, способствовать развитию глазомера, координации движений, умению ориентироваться в пространстве, учить детей быть внимательными друг к другу и по необходимости оказывать помощь.	26.11.21г.	
39	«Снегопад – много дела для ребят»	Учить детей прыгать с высоты, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании и подлезании, способствовать развитию чувства равновесия, ориентировки в пространстве, умению быстро реагировать на сигнал.	30.11.21г.	
40	«Нам не страшен гололед»	Учить детей катать мяч друг другу, совершенствовать бросание на дальность из-за головы, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, учить дружно действовать в коллективе.	01.11.21г.	
41	«С нами доктор Айболит»	Учить детей катать мяч в цель, совершенствовать бросание на дальность из-за головы, согласовывать движения с движениями товарищей, быстро реагировать на сигнал, воспитывать выдержку и внимание.	03.11.21г.	
42	«Витаминки для ребят»	Упражнять детей в ползании и подлезании под рейку, прыжках в длину с места, учить быть дружными, помогать друг другу.	07.12.21г.	
43	«Здоровье в порядке – спасибо зарядке»	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске, бросании в цель, прыжках в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений	08.12.21г.	

		и чувства равновесия.		
44	«За здоровьем в спортзал»	Продолжать учить детей в ходьбе по гимнастической скамейке, бросать и ловить мяч, способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и умению дружно играть.	10.12.21г.	
45	«Будем ловкими как папа»	Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть.	14.12.21г.	
46	«Папа может»	Упражнять детей в катании мяча, ползании на четвереньках, способствовать развитию глазомера и координации движений, учить помогать друг другу.	15.12.21г.	
47	«Поможем муравьишке добраться домой»	Учить детей ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с неё, упражнять в катании мяча в цель, способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия и глазомера.	17.12.21г.	
48	«Спасем волка от поросят»	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с места на двух ногах, развивать умение быстро реагировать на сигнал, способствовать развитию равновесия и координации движений.	21.12.21г.	
49	«Рядом с мамой»	Учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катании мяча в воротца, приучать сохранять направление при метании и катании мячей.	22.12.21г.	
50	«На прогулке с мамой»	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с нее, закреплять умение бросать на дальность из-за головы, учить ходить парами, способствовать преодолению робости, развитию чувства равновесия.	24.12.21г.	
51	«Мама, папа, я – дружная семья»	Учить детей ходьбе по наклонной доске, в метании на дальность правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости, учить дружно играть.	28.12.21г.	
52	«Затейники»	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, ползании на четвереньках и подлезании под веревку, учить становиться в круг, взявшись за руки, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений, помогать действовать самостоятельно, уверенно.	29.12.21г.	
53	«Вот и гости пришли»	Упражнять детей в метании на дальность одной рукой, повторить прыжки в длину с места, развивать координацию движений, воспитывать внимание и умение сдерживать себя.	11.01.22г.	

54	«Клоуны в гостях»	Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу.	12.01.22г.	
55	«Мишуткино новоселье»	Упражнять детей в прыжках в длину с места, повторить ползание по гимнастической скамейке, учить быстро реагировать на сигнал.	14.01.22г.	
56	«Мы играем»	Учить детей прыгать с высоты, упражнять в метании в горизонтальной цель, повторить ходьбу на четвереньках, способствовать развитию координации движений, умению сохранять определенное направление при броске предметов.	18.01.22г.	
57	«В городском дворе»	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с нее, учить бросать и ловить мяч, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.	19.01.22г.	
58	«На улицах города»	Закреплять у детей умение прыгать в длину с места, бросать в горизонтальную цель, приучать соразмерять бросок с расстоянием до целей, ползти и подлезать, реагировать на сигнал воспитателя.	21.01.22г.	
59	«Загорелся кошкин дом»	Закреплять у детей умение бросать на дальность из-за головы, катать мяч друг другу, способствовать развитию глазомера, координации движения и ловкости, учить дружно играть и быстро реагировать на сигнал.	25.01.22г.	
60	«Непослушные котята»	Учить детей бросать мяч вверх и вперед, совершенствовать ходьбу по наклонной доске, способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости.	26.01.22г.	
61	«В гостях и матрешки»	Продолжать учить детей бросать на дальность одной рукой и прыгать в длину с места, способствовать развитию смелости, ловкости, умению по сигналу прекращать движение.	28.01.22г.	
62	«Путешествие свистульки»	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке, упражнять в прыжках с высоты, учить бросать и ловить мяч, действовать по сигналу воспитателя.	01.02.22г.	
63	«Еж и заяц в огороде»	Продолжать учить детей ползать по гимнастической скамейке и метать на дальность от груди, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений.	02.02.22г.	
64	«Мы – садоводы»	Закреплять у детей умение бросать в горизонтальную цель и ходить по наклонной доске, способствовать развитию чувства равновесия и ориентировке в пространстве.	04.02.22г.	
65	«В весеннем лесу»	Закреплять у детей умение ходить по наклонной доске, совершенствовать	08.02.22г.	

		прыжок в длину с места и метание на дальность из-за головы, способствовать воспитанию смелости, ловкости и самостоятельности, учить согласовывать свои движения с движениями других детей.		
66	«У солнышка в гостях»	Продолжать учить детей бросать на дальность одной рукой, ползанию и подлезанию под дугу, способствовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве, умения быстро реагировать на сигнал.	09.02.22г.	
67	«А у реки, а у реки»	Упражнять детей в метании на дальность одной рукой, совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке, воспитывать ловкость, развивать чувства равновесия и глазомер.	11.02.22г.	
68	«Ручеек»	Продолжат учить детей прыжкам в длину с места, упражнять в умении бросать на дальность из-за головы и катать мяч, способствовать развитию координации движений, ориентировки в пространстве.	15.02.22г.	
69	«Почтальон Печкин у ребят»	Продолжать учить детей бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать с высоты, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание.	16.02.22г.	
70	«Письмо от почтальона»	Закреплять у детей умение катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке в глубину, совершенствовать чувство равновесия.	18.02.22г.	
71	«На цветочной полянке»	Закреплять у детей умение бросать на дальность одной рукой, прыгать в длину с места, воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми.	22.02.22г.	
72	«Мы на луг ходили»	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с нее, продолжать учить бросать вверх и вперед мяч, приучать быстро реагировать на сигнал.	25.02.22г.	
73	«Рядом с мамой»	Продолжать учить детей ходить и бегать по кругу; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске боком приставным шагом с выполнением задания на середине; прыжки между предметами «змейкой» с продвижением вперед.	01.03.22г.	
74	«На прогулку с мамой»	Закреплять у детей навыки и умения ходить и бегать по кругу; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске боком приставным шагом с выполнением задания на середине; прыжки между предметами «змейкой» с продвижением вперед.	02.03.22г.	
75	«Мамины затеи»	Упражнять детей в ходьбе и беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	04.03.22г.	

76	«Весной в лесу»	Учить детей выполнять ходьбу и бег врассыпную; познакомить с прыжками в длину с места (основное внимание уделить приземлению на обе ноги); учить катать большие мячи друг другу.	09.03.22г.	
77	«У солнышка в гостях»	Закреплять навыки ходьбы и бега врассыпную; продолжать учить выполнять прыжки в длину с места (основное внимание уделить приземлению на обе ноги); в прокатывании больших мячей друг другу предметами.	11.03.22г.	
78	«С зайкой на проталинке»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; повторить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	15.03.22г.	
79	«Вот и гости пришли»	Продолжать учить детей в ходьбе и беге по кругу; учить бросать мяч о пол и ловить его двумя руками; в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени.	16.03.22г.	
80	«Клоуны в гостях»	Закреплять навыки и умения ходить и бегать по кругу; бросать мяч о пол и ловить его двумя руками; упражняться в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени..	18.03.22г.	
81	«Встреча с Карлсоном»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять детей в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками; в ползании на повышенной опоре.	22.03.22г.	
82	«Затейники»	Упражняться в ходьбе и беге между предметами; учить ползать на четвереньках, с опорой на ладони и стопы; ходить по гимнастической скамейке.	23.03.22г.	
83	«Мама, папа я – спортивная семья»	Повторить ходьбу и бег между предметами; ползание на четвереньках, с опорой на ладони и стопы; повторить ходьбу по гимнастической скамейке.	25.03.22 г.	
84	«Мама, папа я – спортивная семья»	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	29.03.22 г.	
85	«Птички - невелички»	Упражняться в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, приседая на середине, руки выносятся вперед; выполнять прыжки в длину с места.	30.03.22 г.	
86	«Тише, детки, тише, воробышки на крыше».	Упражняться в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; закреплять умения и навыки сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, приседая на	01.04.22г.	

		середине, руки вынося вперёд; упражняться в прыжках в длину с места.		
87	«Встречаем скворцов»	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов; прыжки через шнуры; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	05.04.22 г.	
88	«Прыгают кузнечики»	Продолжать учить ходить в колонне по одному; бегать врассыпную по сигналу воспитателя; учить прыгать из кружка в кружок, продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги; прокатывать мяч друг другу.	06.04.22 г.	
89	«Встречаем майского жука»	Закреплять навыки и умения ходьбы в колонне по одному; бегать врассыпную по сигналу воспитателя; прыгать из кружка в кружок, приземляясь одновременно на обе ноги; прокатывать мяч друг другу.	08.04.22 г.	
90	«В гости к Мухе-Цокотухе»	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	12.04.22 г.	
91	«В магазине за игрушками»	Учить выполнять ходьбу и бег с выполнением заданий; подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками; ползать по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	13.04.22 г.	
92	«В магазин за игрушками»	Закреплять ходьбу и бег с выполнением заданий; подбрасывание мяча вверх и ловле его двумя руками; ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	15.04.22 г.	
93	«Где купить футбольный мяч»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	19.04.22 г.	
94	«Где купить футбольный мяч»	Упражняться в ходьбе и беге в колонне по одному; учить ползать на ладонях и коленях между предметами, выполняя задания воспитателя; упражняться в ходьбе по гимнастической скамейке, свободно балансируя руками.	20.04.22 г.	
95	«Мы играем»	Упражняться в ходьбе и беге в колонне по одному, закрепить умения ползать на ладонях и коленях между предметами, выполняя задания воспитателя; упражняться в ходьбе по гимнастической скамейке, свободно балансируя руками.	22.04.22 г.	
96	«В квартире спортсмена»	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	26.04.22 г.	
97	«В городском дворе»	Учить ходить в колонне по одному; ходить и бегать врассыпную по всему	27.04.22 г.	

		залу; сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; выполнять прыжки на двух ногах через шнуры.		
98	«На улицах города»	Закрепить ходьбу и бег в колонне по одному, врассыпную по всему залу; ходьбу по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах через шнуры.	29.04.22 г.	
99	«Мы идём по городу»	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	04.05.22 г.	
100	«А у реки, а у реки»	Учить детей выполнять ходьбу и бег в колонне по одному между предметами; прыгать со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	06.05.22 г.	
101	«Через ручеёк»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	11.05.22 г.	
102	«На опушке у болотца»	Закреплять у детей ходьбу и бег между предметами; прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги; прокатывание мяча друг другу.	13.05.22 г.	

Дошкольный возраст 3 - 4 года

№ п/п	Тема	Содержание	Дата проведения	
			По плану гр. № 6	По факту
1	«По дорожке в детский сад»	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие	01.09.2021г.	
2	«Мишка в гостях у детей»	Продолжать приучать детей ходить и бегать небольшими группами, за воспитателем, учить ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие.	03.09.2021г.	
			07.09.2021г.	
3	«Мишка в гостях у детей»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	08.09.2021г.	
4	«Мой весёлый звонкий мяч»	Учить детей ходить и бегать всей группой «стайкой» за воспитателем, подпрыгивать на двух ногах на месте.	14.09.2021г.	
5	«Разноцветные игрушки - кубики и погремушки»	Продолжать учить детей ходить и бегать всей группой «стайкой» за воспитателем, подпрыгивать на двух ногах на месте.	15.09.2021г.	
6	«Любим мы играть с	Развивать двигательную активность детей, учить детей выполнять	17.09.2021г.	

	флажками»	движения по сигналу воспитателя.		
7	«Ходим кругом друг за другом»	Ознакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, учить энергично отталкивать мяч двумя руками при прокатывании в прямом направлении.	21.09.2021г.	
8	«Если с другом вышел в путь»	Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне небольшими группами, энергично отталкивать мяч двумя руками при прокатывании в прямом направлении.	22.09.2021 г.	
9	«Вместе весело шагать»	Закреплять навыки детей ходить и бегать в колонне небольшими группами, энергично отталкивать мяч двумя руками при прокатывании в прямом направлении.	24.09.2021 г.	
10	«На осенней полянке»	Учить детей ходить и бегать по кругу, действовать по сигналу, группироваться при лазании под шнур.	28.09.2021 г.	
11	«Осень, осень в гости просим»	Продолжать учить детей ходить и бегать по кругу, ползать с опорой на ладони и колени.	29.09.2021 г.	
12	«В осеннем лесу»	Закреплять навыки ходьбы и бега по кругу; ползание с опорой на ладони и колени, правила игры «Быстро в домик», «Найдём жучка».	01.10.2021 г.	
13	«На грибной полянке»	Учить детей ходить и бегать в колонне по одному и врассыпную, сохранять равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры, прыгать через шнур, ползать с опорой на ладони и колени.	05.10.2021 г.	
14	«У медведя во бору»	Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному и врассыпную, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на ограниченной площади опоры, перепрыгивать через шнур, ползать с опорой на ладони и колени.	06.10.2021 г.	
15	«По грибочки в лес пойдём»	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	08.10.2021 г.	
16	«Встреча с яблонькой»	Учить детей вовремя ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя, при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мячей друг другу.	12.10.2021 г.	
17	«В осеннем саду»	Продолжать учить детей вовремя ходьбы и бега останавливаться на сигнал воспитателя, при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мячей друг другу.	13.10.2021 г.	
18	«Выросла репка большая	Закреплять умения и навыки детей вовремя ходьбы и бега останавливаться	15.10.2021 г.	

	пребольшая»	на сигнал воспитателя, при перепрыгивании приземлятся на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мячей друг другу.		
19	«Озорные котята»	Учить ходить и бегать с остановкой по сигналу; ползать на четвереньках между предметами; в прокатывании мячей в прямом направлении. Развивать ловкость, смекалку.	19.10.2021 г.	
20	«На бабушкином дворе»	Продолжать учить ходить и бегать с остановкой по сигналу; ползать на четвереньках между предметами; в прокатывании мячей в прямом направлении; развивать ловкость, смекалку.	20.10.2021 г.	
21	«Барбоскин в спортзале»	Закреплять умение ходить и бегать с остановкой по сигналу; ползать на четвереньках между предметами; в прокатывании мячей в прямом направлении.	22.10.2021 г.	
22	«Весёлые зайчата»	Учить детей ходить и бегать по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени; развивать координацию движений при равновесии.	26.10.2021 г.	
23	«Маша и медведь»	Продолжать учить детей ходить и бегать по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени; развивать координацию движений при равновесии.	27.10.2021 г.	
24	«Подружились дети с волком»	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнении в равновесии.	29.10.2021 г.	
25	«В гостях у Матрёшки»	Учить детей в ходьбе и беге в колонне по одному, учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади, мягко приземляться в прыжках на полусогнутые ноги.	02.11.2021 г.	
26	«Путешествие свистульки»	Закреплять навыки ходьбы и бега в колонне по одному; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади, мягко приземляться в прыжках на полусогнутые ноги.	03.11.2021 г.	
27	«В город мастеров пойдём и игрушки там найдём»	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках	09.11.2021 г.	
28	«Хороводы у берёзки»	Учить детей ходить колонной по одному с выполнением заданий по указанию воспитателя; прыгать из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мяча друг другу.	10.11.2021 г.	
29	«Хороводы у берёзки»	Продолжать учить детей ходить колонной по одному с выполнением	12.11.2021 г.	

		заданий по указанию воспитателя; прыгать из обруча в обруч; учить приземляться на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мяча друг другу.		
30	«Кто вперёд до ёлочки»	Упражнять в ходьбе колонной по одному, выполняя задание по указанию воспитателя, в прыжках из обруча в обруч, продолжать учить приземляться на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мяча друг другу	16.11.2021 г.	
31	Тема: «Маленькие черепашки»	Учить детей ходить и бегать по кругу, действовать по сигналу воспитателя; прокатывать мяч между предметами, подталкивая его двумя руками; ползать на четвереньках змейкой между предметами.	17.11.2021 г.	
32	«Мой друг - попугай»	Закреплять навыки ходьбы и бег по кругу, действовать по сигналу воспитателя; прокатывать мяч между предметами, подталкивая его двумя руками; ползать на четвереньках змейкой между предметами.	19.11.2021 г.	
33	«Ребята и крольчата»	Развивать умения действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	23.11.2021 г.	
34	«Птички – невелички»	Упражнять детей в ходьбе с выполнением задания и беге в колонне по одному; учить ползать по доске с опорой на ладони и колени; ходить по доске, выполняя присед около кубика, лежащего на середине доски.	24.11.2021 г.	
35	«Тише, детки тише, воробышки на крыше»	Закреплять умения детей ходить с выполнением задания и беге в колонне по одному; ползать по доске с опорой на ладони и колени; ходить по доске, выполняя присед около кубика, лежащего на середине доски.	26.11.2021 г.	
36	«В гостях у дятла»	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; развивая координацию движений; в равновесии.	30.11.2021 г.	
37	«К нам зима пришла»	Учить выполнять ходьбу и врассыпную, используя всю площадь зала; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе между кубиками; прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.	01.12.2021г.	
38	«На зимней прогулке»	Закреплять навыки ходьбы и бега врассыпную, используя всю площадь зала; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе между кубиками и выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.	03.12.2021г.	

39	«В гости к тётушке Зиме»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	07.12.2021 г.	
40	«В гостях у белочки»	Учить выполнять ходьбу и бег врассыпную, с выполнением заданий, учить мягкому спрыгиванию со скамейки на полусогнутые ноги; прокатывать мяч друг другу.	08.12.2021 г.	
41	«Может встречу я в лесу настоящую лису...»	Закреплять навыки ходьбы и бег врассыпную, с выполнением заданий, продолжать учить мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги, упражняться в прокатывании мяча друг другу.	10.12.2021 г.	
42	«Найди зайку зимой»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	14.12.2021 г.	
43	«В зимнем лесу»	Учить выполнять ходьбу и бег с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами; подлезать под дугу.	15.12.2021 г.	
44	«На прогулку в зимний лес».	Закреплять навыки ходьбы и бега с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами; подлезать под дугу.	17.12.2021 г.	
45	«Зимний лес полон сказок и чудес»	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами; умении группироваться при лазании под дугу.	21.12.2021 г.	
46	«Сюрпризы Деда Мороза»	Учить детей выполнять ходьбу и бег врассыпную; ползание по доске с опорой на ладони и колени; ходьбу по доске боком приставным шагом.	22.12.2021г.	
47	«Найди подарок»	Закрепить навыки ходьбы и бега врассыпную; ползание по доске с опорой на ладони и колени; ходьбу по доске боком приставным шагом.	24.12.2021 г.	
48	«Снегурочка в гостях у ребят»	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	28.12.2021 г.	
49	«Поиграем с Ёлочкой»	Учить детей ходьбе в колонне по одному и бегу, с поворотом в другую сторону; ходьбе по доске; прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	29.12.2021 г.	
50	«На зимней прогулке»	Закрепить навыки ходьбы в колонне по одному и бегу, с поворотом в другую сторону; ходьбе по доске; прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	11.01.2022 г.	
51	«Снеговик зовёт играть»	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах,	12.01.2022 г.	

		продвигаясь вперёд.		
52	«Снеговик зовёт играть»	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному и беге в рассыпную; учить выполнять прыжки на двух ногах между предметами; прокатывать мяч между предметами.	14.01.2022 г.	
53	«Витаминки в корзинке»	Закрепить навыки ходьбы колонной по одному и беге в рассыпную; развивать ловкость при прыжках на двух ногах между предметами; прокатывания мяча между предметами.	18.01.2022 г.	
54	«Витаминки в корзинке»	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному и беге в рассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча между предметами, развивая ловкость и глазомер.	19.01.2022 г.	
55	«Там на неведомых дорожках...»	Учить детей выполнять упражнения в ходьбе и беге вокруг предметов; в катании мяча друг другу (сидя); ползание на четвереньках с опорой на ладони и стопы	21.01.2022 г.	
56	«Там на неведомых дорожках...»	Закрепить навыки в ходьбе и беге вокруг предметов; в катании мяча друг другу (сидя); в ползании на четвереньках с опорой на ладони и стопы.	25.01.2022 г.	
57	«По тропинке с коlobком»	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.	26.01.2022 г.	
58	«Весёлые гонки»	Учить детей выполнять ходьбу и бег с выполнением заданий; ползать под дугу, не касаясь руками пола; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	28.01.2022г.	
59	«Мы шофёры»	Закрепить навыки ходьбы и бега с выполнением заданий; в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	01.02.2022 г.	
60	«Быстрые паровозики»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	02.02.2022 г.	
61	«Быстрые паровозики»	Продолжать учить выполнять ходьбу и бег вокруг предметов; перешагивать через шнуры попеременно правой и левой ногой ; прыжки из обруча в обруч с продвижением вперёд.	04.02.2022 г.	
62	«Витаминки для ребят»	Закреплять ходьбу и бег вокруг предметов; перешагивать через шнуры попеременно правой и левой ногой; прыжки из обруча в обруч с продвижением вперёд.	08.02.2022 г.	

63	«В поход с доктором»	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	09.02.2022 г.	
64	«Здоровье в порядке – спасибо зарядке»	Упражняться в ходьбе и беге с выполнением заданий; учить прыгать со скамейки и мягко приземляться на полусогнутые ноги; прокатывать мяч между набивными мячами.	11.02.2022 г.	
65	«За здоровьем – в спортзал»»	Продолжать учить ходить и бегать с выполнением заданий; закреплять прыжки со скамейки и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	15.02.2022 г.	
66	«За здоровьем в лес пойдём»	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; прокатывать мяч между набивными мячами.	16.02.2022 г.	
67	«Будем ловкими как папа»	Учить детей ходьбе в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой; беге врассыпную; бросать мяч через шнур двумя руками; в подлезании под шнур в группировке, не касаясь руками пола.	18.02.2022 г.	
68	«Папа может»	Закреплять у детей ходьбу в колонне по одному, перешагивая через шнуры попеременно правой и левой ногой; беге врассыпную; броски мяча через шнур, не касаясь руками пола и в подлезании под шнуром, не касаясь руками пола.	22.02.2022 г.	
69	«На прогулке с папой»	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	25.02.2022 г.	
70	«Поможем муравьишке добраться домой»	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, выполняя задания; в беге врассыпную; учить лазить под дугу в группировке; сохранять равновесие при ходьбе по доске с выполнением задания на середине доски (присесть и хлопнуть в ладоши перед собой).	01.03.2022 г.	
71	«Спасём от Волка Поросят»	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, выполняя задания, и беге врассыпную; закреплять навыки лазить под дугу в группировке; сохранять равновесие при ходьбе по доске с выполнением задания на середине доски (присесть и хлопнуть в ладоши перед собой).	02.03.2022 г.	
72	«Спасём Иванушку от Бабы Яги»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	04.03.2022 г.	
73	«Рядом с мамой»	Продолжать учить детей ходить и бегать по кругу; учить сохранять	09.03.2022 г.	

		устойчивое равновесие при ходьбе по доске боком приставным шагом с выполнением задания на середине; прыжки между предметами «змейкой» с продвижением вперед.		
74	«На прогулку с мамой»	Закреплять у детей навыки и умения ходить и бегать по кругу; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске боком приставным шагом с выполнением задания на середине; прыжки между предметами «змейкой» с продвижением вперед.	11.03.2022 г.	
75	«Мамины затеи»	Упражнять детей в ходьбе и беге; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	15.03.2022 г.	
76	«Весной в лесу»	Учить детей выполнять ходьбу и бег враспынную; познакомить с прыжками в длину с места (основное внимание уделить приземлению на обе ноги); учить катать большие мячи друг другу.	16.03.2022 г.	
77	«У солнышка в гостях»	Закреплять навыки ходьбы и бега враспынную; продолжать учить выполнять прыжки в длину с места (основное внимание уделить приземлению на обе ноги); в прокатывании больших мячей друг другу предметами.	18.03.2022 г.	
78	«С зайкой на проталинке»	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; повторить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	22.03.2022 г.	
79	«Вот и гости пришли»	Продолжать учить детей в ходьбе и беге по кругу; учить бросать мяч о пол и ловить его двумя руками; в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени.	23.03.2022 г.	
80	«Клоуны в гостях»	Закреплять навыки и умения ходить и бегать по кругу; бросать мяч о пол и ловить его двумя руками; упражняться в ползании по скамейке с опорой на ладони и колени..	25.03.2022 г.	
81	«Встреча с Карлсоном»	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять детей в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками; в ползании на повышенной опоре.	29.03.2022 г.	
82	«Затейники»	Упражняться в ходьбе и беге между предметами; учить ползать на четвереньках, с опорой на ладони и стопы; ходить по гимнастической скамейке.	30.03.2022 г.	
83	«Мама, папа я – спортивная семья»	Повторить ходьбу и бег между предметами; ползание на четвереньках, с опорой на ладони и стопы; повторить ходьбу по гимнастической скамейке.	01.04.2022 г.	

84	«Мама, папа я – спортивная семья»	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	05.04.2022 г.	
85	«Птички - невелички»	Упражняться в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, приседая на середине, руки вынося вперед; выполнять прыжки в длину с места.	06.04.2022 г.	
86	«Тише, детки, тише, воробышки на крыше».	Упражняться в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; закреплять умения и навыки сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, приседая на середине, руки вынося вперед; упражняться в прыжках в длину с места.	08.04.2022 г.	
87	«Встречаем скворцов»	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов; прыжки через шнуры; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	12.04.2022 г.	
88	«Прыгают кузнечики»	Продолжать учить ходить в колонне по одному; бегать врассыпную по сигналу воспитателя; учить прыгать из кружка в кружок, продолжать учить приземляться одновременно на обе ноги; прокатывать мяч друг другу.	13.04.2022 г.	
89	«Встречаем майского жука»	Закреплять навыки и умения ходьбы в колонне по одному; бегать врассыпную по сигналу воспитателя; прыгать из кружка в кружок, приземляясь одновременно на обе ноги; прокатывать мяч друг другу.	15.04.2022 г.	
90	«В гости к Мухе-Цокотухе»	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	19.04.2022 г.	
91	«В магазине за игрушками»	Учить выполнять ходьбу и бег с выполнением заданий; подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками; ползать по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	20.04.2022 г.	
92	«В магазин за игрушками»	Закреплять ходьбу и бег с выполнением заданий; подбрасывание мяча вверх и ловле его двумя руками; ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	22.04.2022 г.	
93	«Где купить футбольный мяч»	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	26.04.2022 г.	
94	«Где купить футбольный мяч»	Упражняться в ходьбе и беге в колонне по одному; учить ползать на ладонях и коленях между предметами, выполняя задания воспитателя; упражняться в ходьбе по гимнастической скамейке, свободно балансируя	27.04.2022 г.	

		руками.		
95	«Мы играем»	Упражняться в ходьбе и беге в колонне по одному, закрепить умения ползать на ладонях и коленях между предметами, выполняя задания воспитателя; упражняться в ходьбе по гимнастической скамейке, свободно балансируя руками.	29.04.2022 г.	
96	«В квартире спортсмена»	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	04.05.2022 г.	
97	«В городском дворе»	Учить ходить в колонне по одному; ходить и бегать врассыпную по всему залу; сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; выполнять прыжки на двух ногах через шнуры.	06.05.2022 г.	
98	«На улицах города»	Закрепить ходьбу и бег в колонне по одному, врассыпную по всему залу; ходьбу по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах через шнуры.	11.05.2022г.	
99	«Мы идём по городу»	Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	13.05.2022 г.	
100	«А у реки, а у реки»	Учить детей выполнять ходьбу и бег в колонне по одному между предметами; прыгать со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	17.05.2022 г.	
101	«Через ручеёк»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	18.05.2022 г.	
102	«На опушке у болотца»	Закреплять у детей ходьбу и бег между предметами; прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги; прокатывание мяча друг другу.	20.05.2022 г.	
103	«Почтальон Печкин у ребят»	Учить ходить и бегать в колонне по одному, выполняя задания воспитателя, бегать врассыпную; учить подбрасывать мяч вверх и ловить его; ползать по скамейке с опорой на ладони и колени.	24.05.2022 г.	
104	«Письмо от почтальона»	Закрепить ходьбу и бег в колонне по одному, выполняя задания воспитателя; бегать врассыпную; подбрасывание мяча вверх и ловли его; ползание по скамейке с опорой на ладони и колени.	25.05.2022 г.	
105	«Найдём посылку»	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, с выполнением задания; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	27.05.2022 г.	
106	«На цветочной поляне»	Учить детей выполнять упражнения в ходьбе и беге в колонне по одному;	31.05.2022 г.	

		по сигналу воспитателя переход на ходьбу мелким, семенящим шагом; бег врассыпную по всему залу; учить лазить на наклонную лесенку; ходить по доске сохраняя устойчивое равновесие.		
107	«На цветочной поляне»	Закреплять у детей умения выполнять упражнения в ходьбе и беге в колонне по одному; по сигналу воспитателя переходить на ходьбу мелким, семенящим шагом; бег врассыпную по всему залу; лазанье на наклонную лесенку; ходьбу по доске, сохраняя устойчивое равновесие.	22.05.18 г.	
108	«В царстве цветов»	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание на равновесие.	23.05.18г.	

Дошкольный возраст 4-5 лет

№ п/п	Тема	Содержание	Дата проведения			
			По плану гр. № 4	По факту гр. № 4	По плану гр. № 10	По факту гр. № 10
1	Тема: «Затейники»	Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	01.09.21г.		02.09.21г.	
2	Тема: «Мама, папа я - спортивная семья»	Продолжать совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Упражнять детей в ходьбе и беге между двумя линиями. Формировать умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.	03.09.21г.		03.09.21г.	
3	Тема: «Будем ловкими!»	Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и врассыпную. Развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками. Приучать к выполнению	06.09.21г.		07.09.21г.	

		действий по сигналу. Развивать ловкость и координацию движения.				
4	Тема: «В здоровом теле - здоровый дух»	Развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить детей энергичному отталкиванию от пола и приземлению на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета. Упражнять в прокатывании мяча. Развивать навыки выполнения спортивных упражнений. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.	08.09.21г.		09.09.21г.	
5	Тема: «Наши руки не знают скуки»	Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Закреплять умения детей энергичному отталкиванию от пола и приземлению на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета. Упражнять в прокатывании мяча друг другу. Упражнять в ползании на четвереньках по прямой. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.	10.09.21г.		10.09.21г.	
6	Тема: «К победе на быстрых ножках»	Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, на носках. Упражнять в прокатывании обруча друг другу. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.	13.09.21г.		14.09.21г.	
7	Тема: «Мой весёлый звонкий мяч»	Продолжать формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную. Упражнять в прокатывании мяча друг другу. Упражнять в подлезании под шнур.	15.09.21г.		16.09.21г.	

8	Тема: «Разноцветные игрушки - кубики и погремушки»	Продолжать совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Упражнять в бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Упражнять в подлезании под дугу. Продолжать учить детей прыгать на двух ногах между кубиками (кеглями). Развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	17.09.21г.		17.09.21г.	
9	Тема: «Любим мы играть с флажками»	Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки. Повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками. Упражнять в прыжках, развивая точность приземления. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость).	20.09.21г.		21.09.21г.	
10	Тема: «Если ловким быть – это хорошо»	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Закреплять умение группироваться при лазанье под шнур. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Продолжать развивать координацию движений.	22.09.21г.		23.09.21г.	
11	Тема: «Если сильным быть – это хорошо»	Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Упражнять в лазанье по гимнастической стенке, не пропуская реек, в равновесии. Развивать равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики. Упражнять в лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени. Упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.	24.09.21г.		24.09.21г.	
12	Тема: «Быть здоровым - хорошо»	Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу. Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. Упражнять в прыжках.	27.09.21г.		28.09.21г.	

13	Тема: «У дождика в гостях»	Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	29.09.21г.		30.09.21г.	
14	Тема: «Ветер дует нам в лицо»	Учить находить свое место в колонне после ходьбы и бега в рассыпную. Упражнять детей в равновесии - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Развивать глазомер, легкость, полётность. Упражнять в прыжках на двух ногах до предмета.	01.10.21г.		01.10.21г.	
15	Тема: «Вместе радугу найдём»	Улучшать общую координацию движений. Укреплять мышцы ног, туловища, плечевого пояса и рук. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку. Развивать ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры. Развивать моторику и координацию движений.	04.10.21г.		05.10.21г.	
16	Тема: «Встреча с яблонькой»	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега. Упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч. Закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения. Продолжать развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Воспитывать настойчивость в достижении цели.	06.10.21г.		07.10.21г.	
17	Тема: «В осеннем саду»	Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично. Формировать правильную осанку. Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч. Учить прокатывать мяч между 4-5 предметами; прокатывание мяча, подталкивая его двумя руками, сложенными «совочком». Формировать правильную осанку.	08.10.21г.		08.10.21г.	
18	Тема: «Урожай собирай»	Продолжать развивать интерес к спортивным упражнениям. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений. Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий	11.10.21г.		12.10.21г.	

		для рук. Закреплять умение действовать по сигналу. Упражнять в прыжках с мячом.			
19	Тема: «На грибной полянке»	Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному. Развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении. Упражнять в лазанье под дугу.	13.10.21г.		14.10.21г.
20	Тема: «У медведя во бору»	Продолжать совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.. Упражнять в лазанье под дугу (4-5 дуг) двумя колоннами поточным способом. Упражнять в прыжках на двух ногах через 4-5 линий. Закреплять умение подбрасывать мяч двумя руками в вверх и ловле мяча двумя руками.	15.10.21г.		15.10.21г.
21	Тема: «По грибы, по ягоды»	Упражнять в беге на длинную дистанцию. Развивать ловкость и глазомер. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке. Упражнять в прокатывании обручей. Упражнять в прыжках с продвижением вперед. Приучать к выполнению действий по сигналу.	18.10.21г.		19.10.21г.
22	Тема: «Мой дом – моя крепость»	Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную. Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	20.10.21г.		21.10.21г.
23	Тема: «Родительский дом – начало начал»	Продолжать воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Продолжать развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную. Повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	22.10.21г.		22.10.21г.
24	Тема: «Оглянись вокруг»	Продолжать развивать у детей координацию движений,	25.10.21г.		26.10.21г.

		глазомер, ориентировку в пространстве. Повторить ходьбу и бег колонной по одному. Упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.			
25	Тема: «Озорные котята»	Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Продолжать воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Упражнять в прыжках на двух ногах. Учить удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	27.10.21г.		28.10.21г.
26	Тема: «На бабушкином дворе»	Продолжать воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Воспитывать силу воли, организованность, взаимопомощь. Развивать равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров). Упражнять в бросание мяча вверх и ловля его двумя руками по 5-6 раз подряд в произвольном темпе.	29.10.21г.		29.10.21г.
27	Тема: «Барбоскин в спортзале»	Развивать координацию движений, глазомер, силу мышц и точность толчка ногами, ловкость и быстроту движений. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения. Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.	01.11.21г.		02.11.21г.
28	Тема: «Весёлые зайчата»	Продолжать воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость. Развивать умение владеть своим телом. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках. Учить в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять в прокатывании мяча.	03.11.21г.		09.11.21г.
29	Тема: «Маша и медведь»	Развивать ловкость, глазомер, силу, выносливость. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в	08.11.21г.		11.11.21г.

		ходьбе и беге на носках. Учить в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять в прокатывании мяча.				
30	Тема: «Подружились дети с волком»	Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в беге с перешагиванием через предметы. Упражнять в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении.	10.11.21г.		12.11.21г.	
31	Тема: «Птички - невелички»	Развивать ловкость, внимание, быстроту реакций. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения. Упражнять в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками. Повторить ползание на четвереньках.	12.11.21г.		16.11.21г.	
32	Тема: «В гостях у дятла»	Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Упражнять в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками. Повторить ползание на четвереньках.	15.11.21г.		18.11.21г.	
33	Тема: «Игры с пернатыми»	Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Продолжать воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Продолжать воспитывать силу воли, организованность, взаимопомощь. Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их. Упражнять в прыжках и беге с ускорением.	17.11.21г.		19.11.21г.	
34	Тема: «Хороводы у берёзки»	Развивать у детей мышечную силу. Воспитывать стремление выполнять упражнения выразительно. Продолжать воспитывать силу воли, организованность, взаимопомощь. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость.	19.11.21г.		23.11.21г.	
35	Тема: «Под сиреневым кустом»	Воспитывать умение выполнять движения ритмично, согласованно. Упражнять в равновесии - ходьба по	22.11.21г.		25.11.21г.	

		гимнастической скамейке боком приставным шагом. Упражнять в ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Упражнять в прыжки на двух ногах до кубика (или кегли).			
36	Тема: «Кто вперед до ёлочки»	Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки. Развивать глазомер и силу броска при метании на дальность. Упражнять в прыжках.	24.11.21г.		26.11.21г.
37	Тема: «Подарки весны»	Способствовать развитию прыгучести. Воспитывать внимательность и собранность при выполнении задания. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	26.11.21г.		30.11.21г.
38	Тема: «Вкусные дары щедрой осени»	Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Упражнять в равновесие - ходьба по шнуру, положенному по кругу. Упражнять в прыжках на двух ногах через 5-6 шнуров, положенных на расстоянии 40 см один от другого. Упражнять в прокатывание мяча между 4-5 предметами (кубики, набивные мячи), подталкивая его двумя руками снизу и не отпуская далеко от себя.	29.11.21г.		02.12.21г.
39	Тема: «В гости к тётушке Зиме»	Развивать скоростные качества в беге. Развивать мелкую моторику кистей. Воспитывать внимательность, умение четко реагировать на команды воспитателя. Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя.	01.12.21г.		03.12.21г.
40	Тема: «Из чего же сделаны наши мальчишки...»	Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. Развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	03.12.21г.		07.12.21г.

41	Тема: «Из чего же сделаны наши девчонки...»	Продолжать воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Продолжать развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость. Упражнять в прыжках со скамейки. Упражнять в прокатывание мячей между предметами, беге по дорожке (ширина 20 см).	06.12.21г.		09.12.21г.	
42	Тема: «Раз, два, три, сколько мальчиков и девочек хороших посмотри»	Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Упражнять в ходьбе ступающим шагом. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры.	08.12.21г.		10.12.21г.	
43	Тема: «Снегопад - много дела для ребят»	Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Развивать ловкость, глазомер, силу, выносливость. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному. Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу. Повторить ползание на четвереньках.	10.12.21г.		14.12.21г.	
44	Тема: «Нам не страшен гололёд»	Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Упражнять в ползание на четвереньках. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному.	13.12.21г.		16.12.21г.	
45	Тема: «По тропинке к кормушке»	Продолжать воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям. Упражнять в метании на дальность мешочков, развивая силу броска.	15.12.21г.		17.12.21г.	
46	Тема: «Сюрпризы Деда Мороза»	Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на	17.12.21г.		21.12.21г.	

		животе. Повторить упражнение в равновесии.			
47	Тема: «Найди подарок»	Формировать правильную осанку. Воспитывать умение согласовывать свои движения с движениями своих товарищей. Упражнять в прыжках на двух ногах с дополнительным заданием. Упражнять в ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Упражнять в равновесие - ходьба по гимнастической скамейке.	20.12.21г.		23.12.21г.
48	Тема: «Снегурочка в гостях у ребят»	Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.	22.12.21г.		24.12.21г.
49	Тема: «Поиграем с Ёлочкой»	Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне. Развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их. Формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Повторить упражнения в прыжках.	24.12.21г.		28.12.21г.
50	Тема: «На зимней прогулке»	Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.	27.12.21г.		30.12.21г.
51	Тема: «Снеговик зовёт играть»	Воспитывать умение действовать в коллективе. Совершенствовать умение детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Повторить игровые упражнения.	29.12.21г.		11.01.22г.
52	Тема: «Опасные сосульки»	Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Упражнять детей в ходьбе	10.01.22г.		13.01.22г.

		со сменой ведущего. Упражнять в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.			
53	Тема: «Загорелся кошкин дом»	Развивать у детей физические и волевые качества: мышечную силу, ловкость и быстроту движений. Учить отбиванию малого мяча одной рукой о пол. Упражнять в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед. Упражнять в равновесие-ходьба на носках между предметами.	12.01.22г.		14.01.22г.
54	Тема: «Непослушные котята»	Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Упражнять в беге и прыжках вокруг предметов.	14.01.22г.		18.01.22г.
55	Тема: «Там на неведомых дорожках...»	Развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость. Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их. Упражнять в ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	17.01.22г.		20.01.22г.
56	Тема: «К заюшкиной избушке»	Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений Продолжать учить детей упражнениям с обручами, выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать ловкость, внимание, быстроту реакций	19.01.22г.		21.01.22г.
57	Тема: «С Красной Шапочкой пойдём, все преграды обойдём!»	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия. Упражнять в метании мешочков на дальность. Развивать ловкость, глазомер. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании.	21.01.22г.		25.01.22г.
58	Тема: «Мы – спортивные ребята»	Развивать у детей мышечную силу. Воспитывать стремление выполнять упражнения выразительно. Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен. Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Закреплять умение правильно подлезать под шнур.	24.01.22г.		27.01.22г.
59	Тема: «Вместе весело шагать»	Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Упражнять в лазанье под шнур, не касаясь руками пола, прямо и боком. Упражнять в равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Упражнять в прыжках на двух	26.01.22г.		28.01.22г.

		ногах между 4-5 предметами.			
60	Тема: «Мой весёлый, звонкий мяч»	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия. Упражнять в метании мешочков на дальность. Развивать ловкость, глазомер. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.	28.01.22г.		01.02.22г.
61	Тема: «Весёлые гонки»	Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии. Повторить задание в прыжках.	31.01.21г.		03.02.22г.
62	Тема: «Цветные автомобили»	Формировать умение перестраиваться по расчету. Воспитывать творчество и воображение. Упражнять в ходьбе, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени. Упражнять в прыжках через шнур. Учить перебрасывать мяч друг другу,	02.02.22г.		04.02.22г.
63	Тема: «Мы едем, едем, едем...»	Развивать скоростные качества в беге; развивать мелкую моторику кистей. Воспитывать внимательность, умение четко реагировать на команды воспитателя. Учить метать мешочки в цель.	04.02.22г.		08.02.22г.
64	Тема: «Мы - шофёры»	Развивать у детей физические и волевые качества: мышечную силу, ловкость и быстроту движений. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	07.02.22г.		10.02.22г.
65	Тема: «Быстрые паровозики»	Продолжать воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость. Развивать умение владеть своим телом и управлять возвышенности и ограниченной площади. Улучшать общую координацию движений. Укреплять мышцы ног, туловища, плечевого пояса и рук.	09.02.22г.		11.02.22г.
66	Тема: «Самолёт, самолёт отправляется в полёт»	Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость. Закреплять навыки	11.02.22г.		15.02.22г.

		выполнения спортивных упражнений. Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками			
67	Тема: «Будем ловкими как папа»	Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами. Упражнять в ловле мяча двумя руками. Закреплять навык и ползания на четвереньках.	14.02.22г.		17.02.22г.
68	Тема: «На заставе»	Продолжать учить детей ползать по-пластунски. Упражнять в прыжках на двух ногах с дополнительным заданием. Развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.	16.02.22г.		18.02.22г.
69	Тема: «Мы - солдаты»	Продолжать поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Упражнять детей в метании снежков на дальность. Прививать интерес к игровым упражнениям.	18.02.22г.		22.02.22г.
70	Тема: «Весёлые поварята»	Развивать у детей координацию движений глазомер, силу мышц и точность толчка ногами, ловкость и быстроту движений. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения. Повторить ползание в прямом направлении. Упражнять в прыжках между предметами.	21.02.22г.		24.02.22г.
71	Тема: «Встреча с Айболитом»	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни - «по - медвежьи». Упражнять в равновесии - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Упражнять в прыжках на правой и левой ноге, используя взмах рук.	25.02.22г.		25.02.22г.
72	Тема: «Почтальон Печкин у ребят»	Развивать ловкость и глазомер. Упражнять в метании мешочков на дальность. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке.	28.02.22г.		01.03.22г.
73	Тема: «Рядом с мамой»	Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески	02.03.22г.		03.03.22г.

		использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную. Повторить упражнения в равновесии и прыжках.			
74	Тема: «На прогулке с мамой»	Формировать правильную осанку. Упражнять в равновесии - ходьба и бег по наклонной доске. Учить прыжкам на двух ногах через короткую скакалку.	04.03.22г.		04.03.22г.
75	Тема: «Рядом с мамой»	Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную. Повторить упражнения в равновесии и прыжках.	05.03.22г.		10.03.22г.
76	Тема: «Рядом с мамой»	Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную. Повторить упражнения в равновесии и прыжках.	09.03.22г.		11.03.22г.
77	Тема: «Встреча с золотой рыбкой»	Воспитывать умение выполнять движения ритмично, согласованно. Развивать ловкость, выносливость. Учить бросать мяч через сетку.	11.03.22г.		15.03.22г.
78	Тема: «В подводном царстве»	Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге между предметами. Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.	14.03.22г.		17.03.22г.
79	Тема: «Весёлые лягушата»	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя. Упражнять в прыжках в длину с места. Учить бросать мяч через сетку. Повторить ходьбу и бег враспынную.	16.03.22г.		18.03.22г.
80	Тема: «Весной в лесу»	Содействовать развитию моторики и координации движений.	18.03.22г.		22.03.22г.

		Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Воспитывать настойчивость в достижении цели. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания. Повторить прокатывание мяча между предметам. Упражнять в ползании на животе по скамейке.				
81	Тема: «У солнышка в гостях»	Упражнять в ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони». Упражнять в равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове. Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. Воспитывать чувство товарищества, уверенности в себе.	21.03.22г.		24.03.22г.	
82	Тема: «С зайкой на проталинке»	Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве. Продолжать совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	23.03.22г.		25.03.22г.	
83	Тема: «Здоровье в порядке - спасибо зарядке»	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя. Повторить ползание по скамейке «помедвежь»; упражнения в равновесии и прыжках. Учить лазанью по наклонной лестнице.	25.03.22г.		29.03.22г.	
84	Тема: «За здоровьем - в спортзал»	Совершенствовать умение сохранять равновесие на ограниченной поверхности. Учить лазанью по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке. Затем спуск вниз. Упражнять в ходьбе по доске, лежащей на полу. Прыжки на двух ногах через шнуры.	28.03.22г.		31.03.22г.	
85	Тема: «За здоровьем - в весенний лес»	Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Способствовать развитию чувства ритма при выполнении упражнений в ходьбе. Упражнять детей в ходьбе попеременно	30.03.22г.		01.04.22г.	

		широким и коротким шагом. Повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.			
86	Тема: «Яблонька в цвету»	Содействовать развитию моторики и координации движений. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную; повторить задания в равновесии и прыжках.	01.04.22г.		05.04.22г.
87	Тема: «Во поле берёза стояла»	Развивать у детей физические и волевые качества: мышечную силу, ловкость и быстроту движений. Упражнять в равновесии - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров. Учить метанию мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.	04.04.22г.		07.04.22г.
88	Тема: «На пути к рябинушке»	Развивать координацию движений. Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне; в прокатывании обручей. Повторить упражнения с мячами. Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.	06.04.22г.		08.04.22г.
89	Тема: «Мы - космонавты»	Развивать скоростные качества. Воспитывать смелость, творчество в двигательных действиях. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель. Закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	08.04.22г.		12.04.22г.
90	Тема: «Полёт на луну»	Продолжать совершенствовать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Упражнять в метании мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5 м способом от плеча. Учить отбивать мяч одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками.	11.04.22г.		14.04.22г.

91	Тема: «На ракете к звёздам»	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную. Упражнять в прыжках с продвижением вперед. Упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры.	13.04.22г.		15.04.22г.	
92	Тема: «В гости к Лесовичку»	Развивать ориентировку в пространстве. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя. Развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	15.04.22г.		19.04.22г.	
93	Тема: «Берегите добрый лес – он источник всех чудес»	Упражнять в метание мешочков правой и левой рукой на дальность. Повторить ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». Упражнять прыжкам на двух ногах, дистанция 3 м.	18.04.22г.		21.04.22г.	
94	Тема: «А у реки, а у реки...»	Продолжать развивать ловкость и координацию при перебрасывании мяча из руки в руку в движении на ограниченной поверхности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.	20.04.22г.		22.04.22г.	
95	Тема: «Мы - гимнасты»	Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять ходить и бегать врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	22.04.22г.		26.04.22г.	
96	Тема: «Весёлые старты»	Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Продолжать учить детей ходить и бегать в колонне по одному. Развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски. Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении. Упражнять в лазанье под дугу.	25.04.22г.		28.04.22г.	
97	Тема: «С детства любим мы футбол»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии. Учить набрасывать кольца на неподвижную цель. Упражнять в перебрасывании мяча.	27.04.22г.		29.04.22г.	

98	Тема: «На хлебном поле»	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Повторить прыжки в длину с места. Развивать внимание и воображение.	29.04.22г.		05.05.22г.	
99	Тема: «Путешествие к золотым подсолнухам»	Развивать у детей физические и волевые качества: мышечную силу, ловкость и быстроту движений. Тренировать в ходьбе по уменьшенной опоре. Повторить прыжки в длину с места через шнуры. Упражнять в прокатывание мяча «змейкой».	04.05.22г.		06.05.22г.	
100	Тема: «Заюшкин огород»	Развивать у детей глазомер при выполнении упражнений с мячами. Способствовать развитию координации движений, умению ориентироваться в пространстве. Упражнять в прыжках в длину с места.	06.05.22г.		12.05.22г.	
101	Тема: «Очень любим мы трудиться»	Упражнять детей в ходьбе по уменьшенной опоре, удерживая мешочек с песком на голове. Учить прыжкам через короткую скакалку на двух ногах на месте. Упражнять в перебрасывание мячей друг другу в парах. Упражнять в метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).	11.05.22г.		13.05.22г.	
102	Тема: «Во саду ли в огороде»	Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками. Способствовать развитию ловкости в прыжках через скакалку. Упражнять в равновесии, прыжках, ползании.	13.05.22г.		17.05.22г.	
103	Тема: «Прыгают кузнечики»	Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке. Повторить метание в вертикальную цель.	16.05.22г.		19.05.22г.	
104	Тема: «Встречаем майского жука»	Развивать у детей физические и волевые качества: мышечную силу, ловкость и быстроту движений. Тренировать в ходьбе по уменьшенной опоре. Упражнять в метание в вертикальную цель с расстояния 2 м. Закрепить ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»). Упражнять в прыжках через короткую скакалку.	18.05.22г.		20.05.22г.	
105	Тема «В гости к Мухе -	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий. Упражнять в	20.05.22г.		24.05.22г.	

	Цокотухе»	сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.				
106	Тема: «Радуга над городом»	Развивать у детей физические и волевые качества: мышечную силу, ловкость и быстроту движений. Упражнять в беге на скорость; в бросании мяча в ходьбе и ловле его одной рукой.	23.05.22г.		26.05.22г.	
107	Тема: «В гости к солнышку пойдём - может радугу найдём»	Способствовать укреплению мышц тела. Воспитывать самостоятельность при выполнении упражнений. Упражнять в лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой.	25.05.22г.		27.05.22г.	
108	Тема: «Мы до радуги дойдём»	Продолжать развивать у детей координацию движений, глазомер, ориентировку в пространстве. Повторить ходьбу и бег колонной по одному. Упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	27.05.22г.		31.05.22г.	