

Муниципальное общеобразовательное учреждение Беломорского муниципального района
«Летнереченская средняя общеобразовательная школа»

«УТВЕРЖДАЮ»:
Директор школы
Л.И. Черемисина
«31 октября 2017»



ПРОГРАММА
по образовательной области
«Физическое развитие»

СОДЕРЖАНИЕ

Целевой раздел.....	с.3
Содержательный раздел.....	с.8
Организационный раздел	с.26

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. Потребность в двигательной активности детей в возрасте от 1 до 7 лет настолько велика, что педагоги называют дошкольный возраст «возрастом двигательной активности».

В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки.

Рабочая программа по физическому развитию детей МОУ Летнереченская СОШ дошкольные группы разработана в соответствии с примерной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 2014 г., в соответствии с введением в действие ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 1 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие»

Программа разработана:

- На основе требований Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой;
- На основе Федерального государственного стандарта дошкольного образования (утвержден приказом Министра образования и науки Российской Федерации «17» октября 2014 г. №1155);
- В соответствии с действующими санитарно – эпидемиологические правилами и нормами.

Срок реализации: 6 лет;

Возраст детей – 1 – 7 лет.

Цель программы: Совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия (см. пункт 2.2 ФГОС ДОО)

Краткая характеристика программы: В содержании программы в соответствии с ФГОС ДО представлены цели, задачи, предлагаемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие» по разделу «Физическая культура». Образовательная деятельность по физической культуре осуществляется в 6 возрастных группах. Продолжительность организованной образовательной деятельности по физической культуре по времени во всех группах спланирована с учетом требований действующих санитарно-эпидемиологических правил и норм.

Формы организации обучения:

Обучение по разделу «Физическое развитие» осуществляется в процессе разнообразных видов деятельности; при проведении режимных моментов, самостоятельной деятельности, организованной образовательной деятельности.

Образовательная деятельность во всех возрастных группах проводится 3 раза в неделю-2 занятия в зале и 1 занятие на улице под руководством воспитателя. На каждом занятии детям предлагаются двигательные умения и навыки для освоения программы.

С детьми второго года жизни- 2 раза в неделю, продолжительностью 5-7 минут;

С детьми третьего года жизни –3 раза в неделю, продолжительностью 7 – 10 минут;

С детьми четвертого года жизни—3 раза в неделю, продолжительностью 15-20 минут;
С детьми пятого года жизни—3 раза в неделю, продолжительностью 20-25 минут;
С детьми шестого года жизни—3 раза в неделю, продолжительностью 25-30 минут;
С детьми седьмого года жизни—3 раза в неделю, продолжительностью 30-35 минут.

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

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Продолжать укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности..

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Планируемые результаты образовательной деятельности.

Вторая группа раннего возраста От 1 до 2 лет
Умеют ходить в прямом направлении, сохраняя равновесие и постепенно включая движения рук; залезать на стремянку и слезать с нее; подлезать, перелезать; отталкивать предметы при бросании и катании; выполнять движения совместно с другими детьми. Подвижные игры. У детей сформировалось устойчивое положительное отношение к подвижным играм. Ежедневно проводить подвижные игры с использованием игрушки и без нее. С детьми 1 года—1 года 6 месяцев подвижные игры проводятся индивидуально. С детьми старше 1 года 6 месяцев — индивидуально и по подгруппам (2-3 человека). Дети освоили основные движения (ходьба, ползание и лазанье, катание и бросание мяча). Дети научились двигаться стайкой в одном направлении, не мешая друг другу. Умеют внимательно слушать взрослого, действовать по сигналу.
Первая младшая группа От 2 до 3 лет

Может сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Могут 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. Умеют ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Могут прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Подвижные игры. Дети научились играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. ,а также играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Освоили выразительность движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).
Вторая младшая группа От 3 до 4 лет
Освоили разнообразные виды движений. Научились ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Умеют действовать совместно. Могут строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Умеют 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. Освоили умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Умеют ловить мяч двумя руками одновременно. Освоили хвату за перекладину во время лазанья. Умеют ползать. Держат правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Научились кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Обучились надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Умеют реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Освоили самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Подвижные игры. Проявляют активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Умеют самостоятельно игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Освоили навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Дети умеют соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
Средняя группа От 4 до 5 лет
Умеют держать правильную осанку. Освоили двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Умеют ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Научились бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Умеют ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Научились перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Умеют энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места умеют сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Освоили прыжки через короткую скакалку. Умеют принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Умеют кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Освоили ходьбу на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Освоили построение, соблюдение дистанции во время передвижения. У детей сформировались психофизические качества: быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и др. Умеют выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности у детей сформировалась самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Подвижные игры. Проявляют активность в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Дети освоили быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Они стали самостоятельны и инициативны в организации знакомых игр. Научились действовать по сигналу.
Старшая группа От 5 до 6 лет
Умеют держать правильную осанку и осознанно выполнять движения. Освоили двигательные умения и навыки детей. Развились волевые качества- быстрота, сила, выносливость, гибкость. Умеют легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Умеют бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Умеют лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Умеют прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Умеют сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Умеют ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Умеют ориентироваться в пространстве. Освоили элементы спортивных игр, игр с элементами соревнования, игр-эстафетам. Могут помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Сформировался интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Подвижные игры. Умеют самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Дети активно участвуют в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Активно участвуют в спортивных играх и упражнениях.
Подготовительная группа От 6 до 7 лет
Сформировалась потребность в ежедневной двигательной деятельности. Умеют сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Освоили технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Освоили умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

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

Сформировалась активность движения кисти руки при броске.

Умеют перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

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

Развились психофизические качества: сила, быстрота выносливость, ловкость, гибкость.

Освоили статическое и динамическое равновесие, а так же координацию движений и ориентировку в пространстве.

Умеют выполнять спортивные упражнения.

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

Дети стали более разносторонне развитыми личностями. У детей развилась выдержка, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазия.

Умеют самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

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

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

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

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

2. Содержательный раздел

От 1 до 2 лет. Вторая группа раннего возраста.
Продолжать укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности. Предупреждать утомление детей. Учим подражать игровым действиям взрослого, отображать в игре по подражанию, образцу знакомые жизненные ситуации. Развивать познавательную и двигательную активность детей во всех видах игр.
От 2 до 3 лет. Первая младшая группа.
Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.
От 3 до 4 лет. Вторая младшая группа.
Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.
От 4 до 5 лет. Средняя группа.
Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
От 5 до 6 лет. Старшая группа.
Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания;

умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.
 Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
 Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим.
 Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
 Знакомить детей с возможностями здорового человека.
 Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
 Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
 Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

От 6 до 7 лет. Подготовительная группа.

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

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

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

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

Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

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

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

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

От 1 до 2 лет. Вторая группа раннего возраста.

Содержание работы	Итоговое мероприятие	Количество занятий
Учить детей ходить стайкой по дорожке за воспитателем. Катание мяча вперед из положения сидя	Подвижная игра «Непослушные мячи»	2
Обучение детей ходить и бегать стайкой всей группой. Подлезать под шнур, закрепить умение катать мячи друг другу.	Подвижная игра «Собачка в гостях у детей»	2
Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии. Обучение детей выполнять основные движения (ползание на четвереньках, прокатывание мяча друг другу).	Подвижная игра «Серенькая кошечка»	2
Обучение детей бегать стайкой в рассыпную за воспитателем, встать в круг, подлезать под верёвку.	Подвижная игра «Курица и цыплята»	2
Обучение детей ходить по прямой сохраняя равновесие, развивать умение имитировать движения, звукоподражанию. Обучать ползать в обруч, ходить по прямой на носках, при прыжке сильно отталкиваться	Музыкальная игра «Маленькие и большие»	2

Ознакомить со свойствами мяча и выполнять с ним упражнения, катать мячи вперёд, бросание о пол, разучивание действий с мячом, удерживать двумя руками, переносить, класть в корзину.	Малоподвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»	2
Упражнять в ходьбе в прямом направлении, выполняя задания воспитателя, развивать умение подлезать под дугу, ловить мяч, брошенный воспитателем, сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Подвижная игра «Догони собачку»	2
Обучать выполнять упражнения по показу, ползать; прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, кружиться, не теряя равновесие.	Малоподвижная игра «Поймай бабочку»	2
Обучение детей ползать на четвереньках по скамье, влезать на лестницу. Привлекать детей к сбору инвентаря.	Подвижная игра «Погремушка –веселая игрушка»	2
Отрабатывать навык бросания и катание мяча. Обучать ползать на четвереньках по скамье, сохраняя равновесие, и ходьба по скамье с согласованным движением рук и ног.	Подвижная игра «Кошечка в гостях у детей»	2
Упражнять ползать по скамье сохраняя равновесие. Ходить по доске с согласованным движением рук и ног (по наклонной). Обучение детей прыгать с продвижением вперёд.	Подвижная игра «Догони собачку»	2
Обучать детей строится в полукруг по зрительным ориентирам, развивать равновесие, быстроту, ловкость. Воспитывать интерес к игровым упражнениям.	Музыкальная игра «Маленькие и большие»	2
Упражнять в умении влезать на стремянку, развивая ловкость, интерес и равновесие .Умение подражать взрослому.	Подвижная игра с прыжками «Птички на веточках»	2
Обучать ходьбе и бегу стайкой за воспитателем и прыжках на двух ногах.	Подвижная игра «Прыжки»	2
Учить ходить в определенном направлении Преодолевать препятствия, согласовывать свои действия со словами стихотворения.	Подвижная игра «Поезд»	2
Упражнять в свободном перешагивании через препятствия и спуск и восхождение на лестницу при помощи приставного шага, а также подъем на горку.	Малоподвижная игра «Яркие флажки»	2
Упражнять в умении перешагивать через лежащую на полу палку, бросание мяча правой и левой рукой.	Подвижная игра «По ровненькой дорожке»	2
Упражняем детей в умении ходить, бегать стайкой за воспитателем, катать мяч друг другу из положения сидя.	Подвижная игра «Серенькая кошечка»	2
Обучаем ходьбе стайкой по доске, сохраняя равновесие, перешагивать через веревку, лежащую на полу.	Подвижная игра. «Где пищит мышонок»	2
Упражняем в ползании и лазании под веревкой и в беге враспынную по ограниченной плоскости.	Подвижная игра «Доползи до погремушки»	2
Обучаем детей катать мяч по скату, подниматься по лесенке стремянки и спускаться с нее при помощи взрослого,	Подвижная игра «Поймай бабочку»	2
Упражняем в ходьбе в прямом направлении, сохраняя равновесие, бросание мяча вдаль.	Подвижная игра «Догони мяч»	2
Обучаем катать мяч взрослому, догонять его, бросать	Подвижная игра	2

правой и левой рукой.	«Передай мяч»	
Учим подниматься на ящик, спускаться при помощи взрослого сохраняя равновесие ,катать мяч.	Подвижная игра по сказке «Курочка ряба»	2
Упражняем в пролезание в обруч и беге стайкой по группе. Вызвать интерес к игровой деятельности и занятию.	Подвижная игра «Догони собачку»	2
Учим перешагивать через веревку ,катать мяч вперед. Имитировать звукоподражания при иге в подвижную игру, упражняем в ползании на четвереньках по ограниченной площади.	Подвижная игра «Передай мяч»	2
Обучаем прыгать на двух нога с продвижение вперед, делать круг, бегать стайкой.	Подвижная игра «Маленькие и большие»	2
Упражняем в ходьбе, беге, подниматься и спускаться с бревна,	Подвижная игра «Собачка»	2
Упражнять в умении ходить в определенном направлении, по наклонной плоскости, преодолевая препятствия координируя свои движения, согласовывая свои действия со словами стихотворения.	Подвижная игра «Поезд»	2
Упражняем в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, через предметы и беге враспынную.	Подвижная игра «Воздушный шарик»	2
Упражнять детей в перешагивании через палку, бросать мяч, ходить по лестнице приставным шагом, залезать на горку.	Подвижная игра «Где же наши ручки»	2
Обучаем перешагивать через препятствия, влезать на бревно, бросать мяч, подпрыгивать на месте.	Игра малой подвижности. «Прятки»	2
Упражняем ходьбе по наклонной доске, перешагивать через веревку.	Подвижная игра «Птички»	2
Обучаем ходьбе по наклонной доске, влезать на табуретку, перешагивать через палку, бросать мяч.	Подвижная игра «Бабочка»	2
Упражняем в умении делать круг, ходить на носочках и друг за другом.	Подвижная игра «Жучки»	2
Обучаем бегу за воспитателем ,прыжках на двух ногах и ходьбе на носочках.	Подвижная игра «Воздушный шарик»	2
Упражняем в умении перешагивать через обруч и катать мяч из положения сидя взрослому.	Малоподвижная игра «Прятки»	4
ИТОГО:		76

От 2 до 3 лет. Первая младшая группа

Содержание работы	Итоговое мероприятие	Количество занятий
Учить ходьбе и бегу небольшими группами в прямом направлении за инструктором. Развивать быстроту ,ловкость и умение не наталкиваться друг на друга	Подвижная игра «Бегите ко мне»	3
Учить ходьбе и бегу небольшими группами в прямом направлении за инструктором. Развивать ловкость. Добиваться от детей правильного выполнения некоторых частей упражнений. Воспитывать умение играть рядом.	Малоподвижная игра «Назови свое имя»	3

Учить ходьбе между двумя линиями (ш-20см). Способствовать выработке правильной осанки. Развивать выносливость. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Подвижная игра «Принеси игрушку»	3
Учить прыжкам на двух ногах на месте. Учить правильно, выполнять дыхательное упражнения. Развивать быстроту. Воспитывать интерес к игровой деятельности..	Подвижная игра «Перенеси овощи и фрукты»	3
Учить ползанию на четвереньках на ладонях и коленях. Формировать двигательные навыки. Воспитывать интерес к физической культуре.	Физкультурный досуг «В гости к мишке»	3
Учить ходьбе и бегу по кругу, с остановкой по сигналу инструктора. Учить выполнять ОРУ с предметами. Развивать быстроту и умение держать устойчивое равновесие.	Подвижная игра «Воробышки и кот»	3
Закрепить ходьбу и бег между двумя линиями (ш-20см). Обогащать опыт ребенка новыми движениями. Развивать быстроту. Воспитывать навык владением телом.	Подвижная игра «Собери листочки»	3
Учить подлезать под шнур на ладонях и коленях (в 30-40см). Развивать силу. Воспитывать навык владением телом.	Подвижная игра «Мишка косолапый»	3
Учить катать мяч друг другу (расстояние 50-100см). Развивать ловкость. Воспитывать умения выслушивать словесные пояснения, следить за показом.	Физкультурный досуг «Мы в лесок идём гулять»	3
Закрепить ходьбу и бег между двумя линиями (ш-20 см). Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Воспитывать гендерную принадлежность.	Фольклорная игра «Семья»	3
Учить ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его обратно. Развивать динамическое равновесие. Воспитывать интерес к занятием физической культурой.	Подвижная игра «Путешествие»	3
Закрепить навыки подлезания под шнур на ладонях и коленях (в30-40см). Формировать двигательные навыки. Развивать умение сохранять равномерность бега и ходьбы.	Физкультурный досуг «Колобок»	3
Закрепить ходьбу и бег враспынную. Закрепить правильность и.п. при выполнении упражнений. Развивать ловкость. и двигательные способности.	Подвижная игра «Солнышко и дождик»	3
Учить лазать по наклонной доске. Развивать мелкую и общую моторику.и умение играть вместе.	Малоподвижная игра «Назови обувь»	3
Учить передвигаться по ограниченной поверхности (доска, ш-15см), по гимнастической скамейке. Расширять диапазон двигательных возможностей. Воспитывать у детей смелость и решительность при выполнении движений.	Физкультурный досуг «Проказы старухи Зимы»	3
Учить детей спрыгивать со скамейке (в-15 см). Разучить новые упражнения. Развивать силу и прыжковую выносливость.	Подвижная игра «Кирюшина кровать»	3
Учить прокатывать мяч в ворота. Развивать динамическое равновесие. Воспитывать интерес к занятиям физической культурой.	Подвижная игра «Ручеек»	3

Учить подлезать под шнур, не касаясь руками пола (40-50 см). Обогащать двигательный опыт и двигательные навыки	Физкультурный досуг «В гости к медвежатам - зима»	3
Учить ходьбе парами. Приобретать навыки совместного действия, в общем, для всех темпе. Развивать быстроту и грациозность движения.	Подвижная игра «Заморожу»	3
Формировать навык ходьбы по гимнастической скамейке. Освоить движения не только по показу, имитации, но и по словесному указанию. Развиваем устойчивое равновесие.	Физкультурный досуг «Путешествие в зимний лес»	3
Учить подлезать под дугу не касаясь руками пола. Развивать точность и правильность выполнения упражнений. Воспитывать хорошие взаимоотношения друг с другом.	Подвижная игра «Береги предмет»	3
Учить ходить по шнуру. Развивать мелкую и общую моторику. Воспитывать у детей смелость и решительность при выполнении упражнений.	Малоподвижная игра «Добрые слова»	3
Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Развивать связочно-мышечный аппарат стопы. и умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.	Подвижная игра «Самолеты»	3
Учить пролезанию в обруч, не касаясь руками пола. Развивать точность и правильность выполнении упражнений. и прыжковую выносливость.	Малоподвижная игра «Назови, как зовут твоего папу»	3
Учить ползать по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. Развивать физические качества. Воспитывать умения выслушивать словесные пояснения, следить за показом и выполнять предложенные задания сообща.	Физкультурный досуг «Весёлый паровоз»	3
Разучивание новых развивающих упражнений корригирующего характера. Закрепить правильность выполнения и.п. при выполнении упражнений.	Подвижная игра «Наседка и цыплята»	3
Учить влезать на гимнастическую стенку (в-1,5 м). Формировать правильную осанку.и прыжковую выносливость.	Подвижная игра «Доползи до цветка»	3
Учить метать мячи правой и левой рукой. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Воспитывать выразительность движений.	Подвижная игра «Цветные автомобили»	3
Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Развивать связочно-мышечный аппарат стопы, а так же умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.	Подвижная игра Птички летают»	3
Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу. Формировать умения сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя в движении. Развивать двигательную способность.	Физкультурный досуг «Пришла весна, разбудим мишку ото сна»	3
Учить бросать мяч через шнур. Развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать хорошие взаимоотношения друг с другом.	Подвижная игра «Поймай рыбку»	3
Учить ходить приставным шагом вперед. Развивать физические качества. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила.	Подвижная игра «Котята и щенята»	3
Совершенствовать умения ходить по прямой дорожке.	Физкультурный досуг	3

Развивать мышечный аппарат. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	«Мы растем здоровыми!»	
Закреплять умения в ходьбе с изменением направления. Учить координировать свои движения с музыкальным сопровождением. Развивать выносливость, двигательные способности.	Подвижная игра «Принеси игрушку»	3
Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу. Формировать умения сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, и двигательную способность.	Подвижная игра «Ветер-Ветерок»	3
Закреплять умения лазать по наклонной доске. Закрепить правильность выполнения дыхательных упражнений. Развивать выразительность движений.	Подвижная игра «Поймай комара»	3
Закреплять навыки бросать мяч двумя руками. Развивать точность и правильность упражнений. Воспитывать добрые отношения между взрослыми и сверстниками.	Подвижная игра «Цветы и пчелки»	3
Закреплять навыки и умения в лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз. Развивать мелкую и общую моторику. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила.	Физкультурный досуг «В гости к бабушке»	3
ИТОГО:		114

От 3 до 4 лет. Вторая младшая группа.

Содержание работы	Итоговое мероприятие	Количество занятий
Учить ходьбе и бегу в колонне по одному за инструктором. Добиваться от детей правильного выполнения некоторых частей упражнений. Развивать быстроту. Воспитывать умение играть рядом.	Малоподвижная игра «Назови свое имя»	3
Учить ходьбе по прямой дорожке (ш-20см, длина 2-2,5 м). Способствовать выработке правильной осанки. Развивать ловкость. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Подвижная игра «Догоните меня»	3
Учить прыжкам на двух ногах с продвижением вперед. Учить правильно, выполнять дыхательное упражнения. Развивать быстроту и умение владеть телом.	Подвижная игра «Принеси игрушку»	3
Учить ползанию на четвереньках на ладонях и коленях (6 м). Формировать двигательные навыки. Развивать координацию движений. Воспитывать интерес к физической культурой.	Подвижная игра «Перенеси овощи и фрукты»	3
Учить лазать по наклонной доске. Развивать мелкую и общую моторику, смелость, устойчивое равновесие.	Физкультурный досуг «Курочка с цыплятами»	3
Учить ходьбе и бегу змейкой между предметами. Учить выполнять ОРУ с предметами. Развивать глазомер и устойчивое равновесие.	Подвижная игра «Воробышки и кот»	3
Закрепить ходьбу и бег между двумя линиями (ш-20 см). Обогащать опыт ребенка новыми движениями. Развиваем навык владением телом.	Подвижная игра «Собери листочки»	3
Учить подлезать под шнур на ладонях и коленях (в50 см). Развивать силу и навык владением телом.	Физкультурный досуг «Вышли зайцы в	3

	огород»	
Учить катать мяч друг другу, между предметами (расстояние 2,5 м). Развивать ловкость. Воспитывать умения выслушивать словесные пояснения, следить за показом.	Подвижная игра «Мы осенние листочки»	3
Учить ходить по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Воспитывать интерес к выполнению упражнений на равновесие.	Фольклорная игра «Семья»	3
Учить ловить мяч, брошенный инструктором, и бросать его обратно. Развивать динамическое равновесие. Воспитывать интерес к занятием физической культурой.	Подвижная игра «Путешествие»	3
Закрепить навыки подлезания под шнур на ладонях и коленях (50см). Формировать двигательные навыки. Развивать умение сохранять равномерность бега и ходьбы	Подвижная игра «Достань до предмета»	3
Учить бросать мяч об пол и ловля его 2-3 раза подряд. Закрепить правильность и.п. при выполнении упражнений. Развиваем двигательные способности.	Подвижная игра «Солнышко и дождик»	3
Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу в колонне по одному. Формировать умения сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя в движении. Развивать двигательную способность.	Физкультурный досуг «Колобок»	3
Учить передвигаться по ограниченной поверхности (доска, ш-20 см), по гимнастической скамейке. Расширять диапазон двигательных возможностей. Воспитывать у детей смелость и решительность при выполнении движений.	Подвижная игра «По снежному мостику»	3
Учить детей прыгивать со скамейке (в-15, 20см). Разучить новые упражнения. Развивать выносливость..	Подвижная игра «Цветные автомобили»	3
Учить прокатывать мяч в ворота. Развивать динамическое равновесие. Воспитывать интерес к двигательным умениям.	Подвижная игра «Заморожу»	3
Учить подлезать под шнур, не касаясь руками пола (50 см). Обогащать двигательный опыт. Воспитывать интерес двигательные навыки.	Физкультурный досуг «В гости к медвежатам»	3
Учить ходьбе парами. Приобретать навыки совместного действия, в общем, для всех темпе. Развивать ловкость. Воспитывать грациозность движения.	Физкультурный досуг «Путешествие в зимний лес»	3
Формировать навык ходьбы по гимнастической скамейке. Освоить движения не только по показу, имитации, но и по словесному указанию. Развивать устойчивое равновесие.	Подвижная игра «По снежному мостику»	3
Учить подлезать под дугу не касаясь руками пола. Развивать точность и правильность выполнения упражнений. Воспитывать хорошие взаимоотношения друг с другом.	Подвижная игра «Береги предмет»	3
Учить ходить по шнуру. Развивать мелкую и общую моторику. Воспитывать у детей смелость и решительность при выполнении упражнений.	Подвижная игра «Поймай рыбку»	3
Учить пролезанию в обруч, не касаясь руками пола.	Подвижная игра	3

Развивать точность и правильность выполнения упражнений. Воспитывать прыжковую выносливость.	«Самолеты»	
Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Развивать связочно-мышечный аппарат стопы, а так же умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.	Физкультурный досуг «Летчики, танкисты, моряки»	3
Учить ползать по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. Развивать физические качества. Воспитывать умения выслушивать словесные пояснения, следить за показом и выполнять предложенные задания сообща.	Игра «Едет паровоз с остановками»	3
Разучивание новых развивающих упражнений корригирующего характера. Закрепить правильность выполнения и.п. при выполнении упражнений. Развиваем двигательные способности.	Подвижная игра «Наседка и цыплята»	3
Учить влезать на гимнастическую стенку (в-1,5 м). Формировать правильную осанку и прыжковую выносливость.	Подвижная игра «Доползи до цветка»	3
Учить метать мячи правой и левой рукой в горизонтальную цель. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями.	Подвижная игра «Цветные автомобили»	3
Учить лазать по наклонной доске. Развевать мелкую и общую моторику. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила.	Подвижная игра «Птички летают»	3
Закрепить различные виды ходьбы и бега. Закрепить правильность выполнения и.п. при выполнении упражнений. Развиваем прыжковую выносливость.	Физкультурный досуг «Пришла весна, разбудим мишку ото сна»	3
Учить бросать мяч через шнур. Развивать ловкость и координацию движений. Воспитывать хорошие взаимоотношения друг с другом.	Подвижная игра «Поймай рыбку»	3
Учить ходить приставным шагом вперед. Развивать физические качества. Воспитывать любовь к малой Родине.	Подвижная игра «Котята и щенята»	3
Совершенствовать умения ходить по прямой дорожке. Развивать связочно-мышечный аппарат. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Физкультурный досуг «Мы растем здоровыми!»	3
Закреплять умения в ходьбе с изменением направления. Учить координировать свои движения с музыкальным сопровождением. Развивать силу и двигательные способности.	Подвижная игра «Принеси игрушку»	3
Закреплять умения лазать по наклонной доске. Закрепить правильность выполнения дыхательных упражнений. Упражняем в умении держать равновесие..	Подвижная игра «Ветер-Ветерок»	3
Закреплять навыки бросать мяч двумя руками. Развивать точность и правильность упражнений. Воспитывать добрые отношения между взрослыми и сверстниками.	Подвижная игра «Поймай комара»	3
Закреплять навыки и умения в лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз. Развивать мелкую и общую моторику. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила.	Подвижная игра «Цветы и пчелки»	3
Закрепить ходьбу и бег между двумя линиями (ш-20 см). Обогащать опыт ребенка новыми движениями.	Физкультурный досуг «В гости к бабушке»	3

Воспитывать интерес к выполнению новых движений..		
ИТОГО:		114

От 4 до 5 лет. Средняя группа.

Содержание работы	Итоговое мероприятие	Количество занятий
Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры. Развивать быстроту движения и прыжковую выносливость	Праздник «день знаний»	3
Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча. Развивать ловкость. Воспитывать самостоятельность.	Подвижная игра «Собери листочки»	3
Учить кататься на самокате по прямой, выполнять повороты налево и направо. Способствовать развитию двигательных навыков. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Подвижная игра - эстафета «Кто быстрее»	3
Учить катать обручи друг другу. Учить правильно, выполнять дыхательные упражнения. Развивать глазомер. Воспитывать умения выслушивать словесные пояснения, следить за показом.	Подвижная игра – эстафета «Кто быстрее соберет овощи»	3
Учить бросанию мяча друг другу снизу, из-за головы и ловле его (расстояние 1,5 м). Учить кататься на самокате отталкиваясь правой и левой ногой. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Воспитывать у детей умение играть дружно.	Физкультурный досуг «Веселый мяч»	3
Учить бросанию мяча друг другу снизу. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Упражнять в прыжковой выносливости.	Физкультурный досуг «куры в огороде»	3
Закрепить умение прокатывать мяч друг другу. Учить занимать необходимые исходные положения, находить своё место в шеренге. Развивать выносливость. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений.	Подвижная игра «тише мыши».	3
Учить ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Развивать динамическое равновесие и двигательные способности.	Подвижная игра «Птицы и клетка».	3
Учить подлезать через дугу (в-50см) правым и левым боком. Формировать двигательные навыки и устойчивое равновесие.	Физкультурный досуг «Путешествие в осенний лес»	3
Учить ходьбе и бегу со сменой направляющего. Развивать силу. Воспитывать дружелюбные отношения в коллективе.	Подвижная игра – эстафета «Кто быстрее».	3
Закрепить прыжки с продвижением вперед. Развивать динамическое равновесие. Воспитывать волю и стремление к победе.	Подвижная игра «Мяч соседу»	3
Повторить ходьбу с выполнением задания: с высоким подниманием колен, с перешагиванием, упражнения в прыжках. Развивать динамическое равновесие.	Физкультурный досуг «Как звери готовятся к зиме»	3

Способствовать воспитанию двигательных способностей.		
Учить прыгать через предметы высотой 5-10 см. Развивать произвольное, осознанное регулирование движений. Воспитывать выдержку настойчивость.	Подвижная игра «Поезд»	3
Учить метать на дальность, упражнять в прыжках. Развивать глазомер и силу броска. Воспитывать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других.	Подвижная игра «Самолеты»	3
Учить перешагивать поочередно через мячи (5-6 шт.). Расширять диапазон двигательных возможностей. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений.	Подвижная игра «Снежная королева».	3
Совершенствовать навыки ходьбы и бега с заданием. Обогащать двигательный опыт. Развивать ловкость. Воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям.	Подвижная игра «Чик - чирик»	3
Учить выполнять упражнения на тренажёрах. Освоить движения не только по показу, имитации, но и по словесному указанию. Воспитывать дружелюбные отношения в коллективе	Подвижная игра «Снежные комочки».	3
Учить метать в цель, упражнять в перебрасывании мяча друг другу. Развивать глазомер, мелкую и общую моторику. Воспитывать позитивное отношение к здоровому образу жизни.	Физкультурный досуг «Зимние забавы»	3
Учить лазать по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой). Учить координировать свои движения с музыкальным сопровождением. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.	Физкультурный досуг «Колядки»	3
Закрепить ходьбу и бег парами. Формировать правильную осанку и стопу. Развивать двигательные способности.	Физкультурный досуг «Путешествие в страну Неболек»	3
Закрепить повороты направо, налево. Перестроение в две и три колонны в движении шагом. Способствовать укреплению и развитию кисти и стопы. Воспитывать дисциплину при строевых упражнениях.	Подвижная «Пингвины»	3
Учить прыжкам с высоты. Упражнять на тренажёрах. Улучшать координацию движений .Развивать прыжковую выносливость.	Эстафета «Собери посуду»	3
Учить отбивать мяч от пола правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Развивать силу. Воспитывать выразительность движений.	ОРУ «Гимнастическая скамейка»	3
Учить прыгать в длину с места (70 см). Развивать выразительность, ритмичность движения и прыжковую выносливость.	Подвижная игра «Гуси – Лебеди»	3
Учить метать предметы на дальность. Способствовать развитию согласованности действий в коллективе. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувство гордости за нашу Родину.	Праздник «Слава Армии Российской!»	3
Учить прыгать в длину с места (не менее 70 см). Развивать связочно-мышечный аппарат. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения.	Малоподвижная игра «Назови, как зовут твою маму»	3

Учить бросать мешочек в горизонтальную цель. Развивать пластичность. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений.	Физкультурный досуг «Веселые старты»	3
Повторить упражнения катания на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой. Развивать общую и мелкую моторику и двигательные способности.	Подвижная игра «Птицелов»	3
Учить элементам спортивных игр и состязаний. Способствовать развитию силы и выносливости. Воспитывать уважение к культуре русского народа.	Развлечение «Веселые забавы»	3
Учить русским народным играм и эстафетным соревнованиям. Развивать гибкость. Способствовать укреплению и развитию кисти и стопы. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.	Подвижная игра «Золотые ворота»	3
Учить прыгать в длину с места. Развивать способность согласовывать свои движения с движениями других. Воспитывать у детей потребность регулярно заниматься физической культурой.	Спортивный досуг «В здоровом теле – здоровый дух!»	3
Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать физические качества. Воспитывать чувство гордости за нашу Родину.	Подвижная игра «Земляне-инопланетяне»	3
Учить броску мяча в кольцо способом «от плеча», упражнять в ведении мяча двумя руками по прямой. Развивать ловкость, гибкость, глазомер. Укрепляем мышцы рук. Воспитывать дружелюбные отношения в коллективе.	Подвижная игра «Цветы».	3
Закрепить бросок мяча в горизонтальную цель. Развивать силу. Воспитывать выдержку, настойчивость.	Подвижная игра «Обезьяны и жираф»	3
Закрепить бросок мешочка в вертикальную цель. Развивать физические качества. Воспитывать чувство гордости за свой народ, победивший в Великой Отечественной войне.	Праздник «День Победы»	3
Учить ведению мяча ногой по прямой, упражнять в передаче мяча ногой друг другу. Развивать скорость, ловкость и умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.	Подвижная игра – эстафета «Кто первый».	3
Закрепить различные виды ходьбы, учить удару по мячу ногой, внутренней стороной стопы. Развивать глазомер, ловкость. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Подвижная игра «Паук и муха»	3
Закрепить умения кататься на самокате. Развивать способность согласовывать свои движения с движениями других. Упражняем в прыжковой выносливости.	Спортивный досуг «Мы пожарным помогаем»	3
ИТОГО:		114

От 5 до 6 лет. Старшая группа

Содержание работы	Итоговое мероприятие	Количество занятий
Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке. Развивать культуру движений и телесную рефлексию. Воспитывать прыжковую выносливость.	Праздник «Путешествие в страну знаний»	3

Учить лазанию по гимнастической стенке одноименным способом, не пропуская реек; учить пользоваться предметами при выполнении общеразвивающих упражнений. Развивать выносливость. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Подвижная игра эстафете «Кто быстрее»	3
Закрепить построение в колонну по одному, по два, в шеренгу, упражнять в сохранении равновесия на роликовых коньках. Развивать связно–мышечный аппарат стопы. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Подвижная игра эстафета «Собери фрукты»	3
Закрепить бросание мяча о пол и ловля его двумя руками, упражнять в катании на самокате. Развивать мелкую и общую моторику и двигательные способности.	Подвижная игра эстафета «Посадка картофеля»	3
Закрепить различные виды ходьбы и бега, упражнять в катании на роликовых коньках по прямой. Развивать чувство равновесия. Воспитывать честность, дружелюбия, самостоятельность в процессе подвижных игр	Спортивная игра «Городки»	3
Учить прыжкам в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов поочередно (в-15-20см). Развивать точность и правильность выполнения упражнений.	Подвижная игра «У медведя во бору»	3
Учить перебрасывать мяч из одной руки в другую. Развивать способность согласовывать свои движения с движениями сверстников. Упражняем в прыжковой выносливости.	Подвижная игра – эстафета «Передал садись».	3
Учить перебрасывать мяч способом из-за головы. Способствовать развитию мышц кисти, пальцев, стопы. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений.	Эстафета «Стирка»	3
Закрепить ползание по гимнастической скамейке на животе. Закрепить правильность выполнения и.п. при выполнении упражнений. Развивать ловкость. Воспитывать у детей умение играть дружно.	Спортивный досуг «Осенние гуляния»	3
Закрепить введения мяча правой и левой рукой. Развивать точность и координацию движений. Воспитывать двигательные способности.	Подвижная игра «Выйди из обруча»	3
Учить прыгать в высоту с места. Развивать быстроту. Воспитывать умения выслушивать словесные пояснения.	Подвижная игра эстафете «Кто первый»	3
Учить метать предметы на дальность. Закрепить правильность выполнения дыхательной гимнастики. Развивать силу. Воспитывать волю и стремление к победе.	Спортивный праздник «Малые олимпийские игры»	3
Упражнять в беге, в ползании на четвереньках по тоннелю. Развивать спортивные и двигательные навыки у детей, через различные средства физической культуры. Воспитывать устойчивое равновесие	Подвижная игра «Медведь и пчелы»	3
Учить лазать по гимнастической стенке (в-2,5 м). Развивать общую и мелкую моторику и двигательные способности.	Подвижная игра «Едет паровоз с остановками»	3
Учить прыгать поочередно через 4-5 линий. Развивать	Подвижная игра	3

динамическое равновесие. Воспитывать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других.	«Снежная королева»	
Учить перелезать с одного пролета на другой. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Воспитывать умение действовать сообща	Малоподвижная игра «Назови улицу, на которой живёшь»	3
Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Формировать двигательные навыки. Воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям.	Физкультурный досуг «Зимний стадион – поиграй-ка»	3
Учить пролезать в обруч разными способами. Упражнять в движении скользящим шагом на лыжах. Способствовать укреплению и развитию кисти и стопы. Воспитывать дружелюбные отношения в коллективе.	Подвижная игра «Два Мороза»	3
Учить прыжкам в длину с места (не менее 80 см). Учить подниматься на горку в лыжах и спуску. Развивать связочно-мышечный аппарат стопы. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Развлечение «Колядки!»	3
Упражнять в ходьбе, беге, подлезании. Развивать пластику, укреплять мышечную систему. Упражнять в движении на лыжах на длинные дистанции в среднем темпе. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.	Подвижная игра «Снежки»	3
Учить детей подбрасывать и ловить мяч несколько раз подряд. Упражнять в движении на лыжах на длинные дистанции в медленном темпе. Развивать устойчивое равновесие и двигательные способности.	Подвижная игра – эстафета «Передай мяч»	3
Учить перебрасывать мяч друг другу из разных исходных положений. Упражнять в ведении шайбы клюшкой и передачи. Развивать ориентировку в пространстве, быстроту, координацию и прыжковую выносливость.	Подвижная игра «Поезд»	3
Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенке на другой. Упражнять в ведении шайбы клюшкой между предметами. Развивать глазомер и умение выразительно двигаться во время игры.	ОРУ «Забавная скамейка»	3
Совершенствовать двигательные способности детей. Развивать пластику жестов. Воспитывать выдержку настойчивость.	Подвижная игра «Мир профессии».	3
Учить прыгать в высоту с места прямо и боком. Развивать быстроту. Воспитывать любовь и уважение к профессии военного, чувство гордости за нашу Родину.	Спортивный праздник «Папа, мама и я дружная семья!»	3
Учить метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель. Развивать ловкость. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения	Малоподвижная игра «Назови, как зовут твою маму»	3
Закрепить навыки и умения в прыжках в высоту. Развивать связочно-мышечный аппарат стопы. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений.	Физкультурный досуг «Туристический поход»	3
Учить кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой. Развивать общую и мелкую моторику. Воспитывать двигательные способности.	Подвижная игра «Птицелов»	3
Учить играть и состязаться, сопереживать за товарища Развивать силу, ловкость, выносливость, меткость.	Развлечение «Путешествие в страну	3

Воспитывать уважение друг к другу.	Игралию»	
Учить Русским народным играм и соревнованиям. Развивать силу, ловкость, выносливость, меткость. Воспитывать интерес к русской культуре.	Подвижная игра «Горелки»	3
Учить эстафетным соревнованиям. Развивать устойчивое равновесие. Воспитывать у детей потребность регулярно заниматься физической культурой.	Спортивное развлечение «День здоровья»	3
Учить передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать физические качества. Воспитывать чувство гордости за нашу Родину.	Подвижная игра «Земляне инопланетяне» -	3
Учить бегать на скорость. Развивать точность и правильность выполнения упражнений. Воспитывать дружелюбные отношения в коллективе.	Подвижная игра «Путешествие»	3
Учить метать предметы в вертикальную и горизонтальную цель. Развивать мелкую и общую моторику и двигательные способности.	Подвижная игра «Обезьяны и жираф»	3
Учить бегать с препятствиями. Развивать ловкость. Воспитывать чувство гордости за свой народ, победивший в Великой Отечественной войне.	Праздник «День Победы»	3
Упражнять в прыжках, в метании в цель. Развивать физические качества. Воспитывать честность, дружелюбия, самостоятельность в процессе подвижных игр.	Подвижная игра – эстафета «Кто быстрее»	3
Продолжать учить правильному выполнению исходных положений в разных видах деятельности. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.	Подвижная игра «Садовник и цветы».	3
Формировать правильную осанку, укреплять мускулатуру нижних и верхних конечностей, увеличивать подвижность в суставах. Развивать гибкость и прыжковую выносливость.	Спортивный досуг «Здравствуй лето красное»	3
ИТОГО:		114

От 6 до 7 лет. Подготовительная к школе группа

Содержание работы	Итоговое мероприятие	Количество занятий
Закрепить навык и умение ходьбы по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с мешочком на голове. Развивать двигательную активность, прыжковую выносливость, равновесие при ходьбе..	Праздник «Путешествие в страну знаний»	3
Закрепить навык сохранять равновесие при движении по бревну с разным положением рук. Развивать точность и правильность выполнения упражнений, а так же двигательные способности.	Подвижная игра – эстафета «Кто быстрее»	3
Учить при ходьбе по гимнастической скамейке, поднимать прямую ногу и делать под ней хлопок; учить правильно, принимать и.п., точно соблюдать промежуточные и конечные положения. Развивать ловкость. Воспитывать дружелюбные отношения в	Подвижная игра – эстафета «Собери фрукты»	3

коллективе.		
Закрепить прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен. Развивать общую и мелкую моторику. Воспитывать желания самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками.	Подвижная игра - эстафета «Посадка картофеля»	3
Учить ползать по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Формировать правильную осанку. Развивать двигательные способности.	Спортивная игра «Перелет птиц»	3
Учить прыжкам вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (в-40 см). Развивать точность движений, темп, ритм. Воспитывать прыжковую выносливость.	Подвижная игра «У медведя во бору»	3
Учить прыжкам вверх из глубокого приседа. Упражнять вести мяч змейкой ногой. Развивать пластику жестов, укреплять мышечную систему. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений.	Подвижная игра «Мы осенние листочки»	3
Учить ходьбе по скамейке ,сохраняя равновесие. Развивать точность и координацию движений. Воспитывать дружелюбные отношения между взрослыми и сверстниками.	ОРУ «Стирка»	3
Закрепить введения мяча правой и левой рукой. Развивать точность и координацию движений. Воспитывать волю к победе.	Спортивный досуг «Осенние гуляния»	3
Упражнять прыгать в длину с места (100 см), правильно отталкиваясь и приземляясь. Развивать способность быстро овладевать навыками движениями. Воспитывать умения выслушивать словесные пояснения.	Подвижная игра «Капкан»	3
Учить прыгать на скакалке на двух ногах. Развивать устойчивое равновесие. Воспитывать прыжковую выносливость.	Подвижная игра «Коршун и наседка»	3
Упражнять в беге, в ползании на четвереньках по тоннелю. Развивать спортивные и двигательные навыки у детей, через различные средства физической культуры. Воспитывать волю и стремление к победе.	Спортивный праздник «Малые олимпийские игры»	3
Закреплять навык отбивания мяч правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Учить правильно, держать ракетку и отбивать мяч о стол. Развивать общую и мелкую моторику. Воспитывать двигательные способности.	Подвижная игра «Ловля обезьян»	3
Учить метать предметы на дальность. Учить подготовительным упражнениям с мячом и ракеткой. Развивать культуру движений и телесную рефлексию. Воспитывать прыжковую выносливость.	Подвижная игра «Самолеты»	3
Учить прыгать поочередно через 4-5 линий. Развивать динамическое равновесие. Воспитывать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других.	Подвижная игра «Снежная королева»	3
Продолжать учить прыгать в длину с места (100см). Развивать гибкость и выразительность движений.	Малоподвижная игра «Назови достопримечательности»	3

	нашего поселка»	
Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Воспитывать интерес к зимним спортивным упражнениям.	Физкультурный досуг «Зимний стадион – Поиграй-ка»	3
Учить перебрасывать мяч через препятствия. Освоить движения не только по показу, имитации, но и по словесному указанию. Воспитывать дружелюбные отношения в коллективе.	Подвижная игра «Два Мороза».	3
Учить прыжкам в длину с места (не менее 80 см). Развивать связочно-мышечный аппарат стопы. Воспитывать хорошие взаимоотношения в коллективе.	Развлечение «Колядки!»	3
Учить в ходьбе попеременным двухшажным ходом на лыжах. Развивать общую и мелкую моторику. Воспитывать интерес к здоровому образу жизни.	Эстафета «Кто быстрее по лыжне»	3
Учить прыгать на одной ноге вправо и влево. Упражнять в подъёме на горку в лыжах. Развивать силу. Воспитывать двигательные способности.	Подвижная игра «Погоня»	3
Учить прыгать в длину с разбега. Формировать правильную осанку, укреплять мускулатуру нижних и верхних конечностей. Воспитывать прыжковую выносливость.	Эстафета «Перенеси посуду»	3
Учить ходить по гимнастической скамейке с приседанием на середине. Учить выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом. Развивать глазомер и выразительность движений.	Игра «Собери мебель»	3
Совершенствовать двигательные способности детей. Развивать связочно-мышечный аппарат стопы. Воспитывать волю и стремление к победе.	Подвижная игра «Мир профессии»	3
Упражнять в лазании по гимнастической стенке разными способами. Развивать способность быстро овладевать новыми движениями. Воспитывать любовь и уважение к профессии взрослых, чувство гордости за нашу Родину.	Праздник «Мама, папа и я спортивная семья»	3
Учить метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель. Развивать динамическое равновесие. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения.	Малоподвижная игра «Назови как зовут твою маму».	3
Продолжать упражнять в метании предметов из разных и.п. (стоя, стоя на коленях, сидя). Развивать общую и мелкую моторику. Воспитывать устойчивый интерес к процессу выполнения физических упражнений.	Эстафета «Баскетбол»	3
Закреплять умения в ходьбе и беге заданным темпом. Способствовать совершенствованию умений и навыков, стимулировать проявление двигательных способностей. Воспитывать грациозность движений.	Подвижная игра «Перелет птиц»	3
Учить играть в игры эстафеты Развивать силу, ловкость, выносливость ,внимание, меткость. Воспитывать интерес и умение побеждать.	Развлечение «Чье звено скорее соберется»	3
Учить Русским народным играм и соревнованиям. Развивать силу, ловкость, выносливость, меткость. Воспитывать интерес к русской культуре.	Подвижная игра «Горелки»	3
Учить прыгать через короткую скакалку. Развивать	Спортивное	3

устойчивое равновесие. Воспитывать у детей потребность регулярно заниматься физической культурой.	развлечение «День здоровья»	
Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать физические качества. Воспитывать чувство гордости за нашу Родину.	Подвижная игра «Земляне-инопланетяне»	3
Учить бегать на скорость. Развивать общую и мелкую моторику. Воспитывать дружелюбные отношения в коллективе.	Подвижная игра «Путешествие»	3
Закрепить умение прыгать на мягкое покрытие (в-40 см). Развивать гибкость. Воспитывать двигательные способности.	Подвижная игра «Обезьяны и жирафы»	3
Учить бегать с препятствиями. Развивать ловкость. Воспитывать чувство гордости за свой народ, победивший в Великой Отечественной войне	Праздник «День Победы»	3
Упражнять в прыжках, в метании в цель. Развивать физические качества. Воспитывать честность, дружелюбия, самостоятельность в процессе подвижных игр.	Подвижная игра «Лапта»	3
Продолжать учить правильному выполнению исходных положений в разных видах деятельности. Развивать ориентировку в пространстве. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.	Спортивная игра «Городки»	3
Закрепить умение и навык катания на роликовых коньках. Развивать точность и правильность выполнения упражнений. Воспитывать выдержку, настойчивость.	Спортивный досуг «Здравствуй, лето красное»	3
ИТОГО:		114

3. Организационный раздел

Программно-методическое обеспечение

Примерная общеобразовательная программа дошкольного возраста «От рождения до школы» в соответствии с ФГОС/ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой. – М.: Мозаика – Синтез, 2014

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).М;Мозаика-Синтез-2013год

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).М;Мозаика-Синтез-2013 год.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).М;Мозаика-Синтез-2013 год.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).М;Мозаика-Синтез-«2013год.

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степоненкова.

Вавилова.Е.Н «Учите бегать прыгать ,лазать ,метать» Издательство «Просвещение»-2010 год.

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь».

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».

Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

Пособие для занятий младших групп

№	Наименование.	Размеры ,см.	Количество.
1.	Флажки цветные	20х20	10-15 шт.
2	Платочки цветные.	20х20	10-15 шт.
3	Ленты разноцветные	Длина-25-30	15-20 шт.
4	Кегли и булавы	Высота25-30	10-15 шт.
5	Кубики	3х3х3,4х4х4	25-30 шт
6	Мячи резиновые	Диаметр 6-8	10-15 шт
7	Обручи.(пластмассовые)	Диаметр100-160	10 -15 шт.
8	Мешочки с песком	Масса 400 гр	15 шт.
9.	Погремушки.	-----	20 шт
!0.	Шишки еловые, сосновые.	-----	25-шт.
11	Бревно, обтянутое пленкой.	Длина 200-250	1-2 шт.
12.	Ковровая дорожка.	Длина 400-600-800 Ширина 35,30 25.	1шт.
!3.	Наклонная доска.	Длина 250-, Ширина-30-25	1шт
14.	Гимнастическая скамейка.	Длина.250-300	2шт
15.	Доска ребристая.	Длина.250-300	1шт.
16.	Воротца металлические.	Высота 50-60	1шт.

17.	Корзинка –сетка для метания в цель.	Диаметр 70-100	1-2 шт
18.	Лесенка –стремянка.	Высота 150	1шт.
19.	Палки круглые или овальные (деревянные)	Длина-150	2шт.

Пособие для занятий с детьми средней, старших групп

1.	Гантели пластмассовые.	Длина 20	15-20 шт.
2.	Кубики деревянные и пластмассовые	-----	20-25
3.	Косички плетеные	Длина 25-30	25-30 шт
4.	Палки круглые	Длина100	20-25 шт
5.	Бревно обтянутое пленкой	Длина 200-250	1-2 шт.
6.	Мешочки с песком	-----	20-25 шт
7.	Ватные шарики (снежки)	-----	20-25 шт.
9.	Маты	-----	2-3 шт
10	Воротца металлические.	Высота 50-60	2шт.
11.	Стойки.	Высота.150	2шт
12.	Скамейки	Длина4-5 м	2-3шт
13	Мячи резиновые малые	-----	10 шт
14	Мячи надувные больших размеров.	-----	4-5шт.
15	Обручи	Диаметр 100х160	8-10 шт
16	Корзины сетки для метания.		3-4 шт
17.	Кольцеброс		2-3 шт.
18.	Батут		1шт.
19.	Набивные мячи.		6-7шт.
20.	Скакалки		15-20шт.