

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

ПРИЛОЖЕНИЕ № 6
к основной образовательной программе
дошкольного образования
ОГБОУ «Чернянская СОШ №4»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**Составлена на основе основной общеобразовательной
программы дошкольного образования
областного государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4»
Белгородской области**

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Содержание

№ п/п	Наименование разделов	Стр.
1	Раздел I. Целевой	
1.1	Пояснительная записка <i>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</i>	3
1.1.1.	Цели и задачи Рабочей программы <i>Цели и задачи части программы, формируемой участниками образовательных отношений</i>	3 - 5
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию Рабочей программы <i>Принципы и подходы к части программы, формируемой участниками образовательных отношений</i>	5 - 10
1.1.3.	Значимые для разработки Рабочей программы характеристики	10
1.2	Планируемые результаты освоения Рабочей программы <i>Планируемые результаты освоения программы в части формируемой участниками образовательных отношений</i>	10-14
2	Раздел II. Содержательный	
2.1	Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка в образовательной области «Физическое развитие»	14 -124
2.2	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	124 - 125
2.3	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	125
2.4	Способы и направления поддержки детской инициативы	125-127
2.5	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	127 - 129
3	Раздел III. Организационный	
3.1	Материально-техническое обеспечение	129
3.2	Обеспеченность методическим материалом	130
3.3	Обеспеченность средствами обучения и воспитания	130
3.4	Распорядок и режим дня воспитанников	131 - 139
3.5	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	139 - 140
3.6	Особенности развивающей предметно-пространственной среды	140-141
3.7	Календарный учебный график	141-144
3.8	Учебный план	144-145

Раздел I. Целевой.

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования областного государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, разработана с учетом парциальной программы дошкольного образования «Выходи играть во двор» - направлена на полноценное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом интересов и потребностей детей и родителей. Она отражает специфику национальных и социокультурных условий Белгородчины. Программа разработана в рамках проекта «Создание региональной системы личностного развития дошкольников в условиях реализации ФГОС дошкольного образования» («Дошкольник Белогорья»), автор Волошина Л.Н. и др., 2018 г.

Объём обязательной части Рабочей программы составляет более 60% от её общего объёма; части, формируемой участниками образовательных отношений - менее 40%.

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации - русском.

Срок реализации Программы составляет 6 лет.

При реализации Программы учитываются:

- индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья.
- возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

1.1.1. Цели и задачи реализации Рабочей программы.

Учитывая содержание пункта 1 статьи 64 ФЗ- 273 «Об образовании в Российской Федерации» («Дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста») целью Программы является проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.

Программа, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, учитывает разнообразие мировоззренческих подходов, способствует реализации права детей дошкольного возраста на свободный выбор мнений и убеждений, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Цели программы (способствуют достижению целей, указанных в пункте 1.5. ФГОС ДО):

1. повышение социального статуса дошкольного образования;

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

2. обеспечение равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
3. обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования;
4. сохранение единства образовательного пространства относительно уровня дошкольного образования;
5. позитивная социализация и разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей;
6. достижение детьми дошкольного возраста уровня развития необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования на основе индивидуального подхода и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Цели Программы достигаются через решение следующих задач (п. 1.6. ФГОС ДО):

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 4) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 5) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- 6) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 7) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- 8) обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

Цели обязательной части Программы:

- создание условий для общего психического развития детей средствами развития творческих способностей;
- первоначальное формирование на этой базе личностного роста ребенка в образовательных и внеобразовательных сферах его жизни в развивающем пространстве учреждения;
- развитие целостной личности ребёнка - его активности, самостоятельности, эмоциональной отзывчивости к окружающему миру, творческого потенциала.

Поставленной целью диктуются следующие задачи обязательной части Программы:

- инициирование и психолого-педагогическое сопровождение процессов творческого освоения культуры детьми в рамках различных видов деятельности;

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

- развитие творческого воображения дошкольников, основанной на нём системы созидательных способностей ребенка (постигающего мышления, предпосылок рефлексии др.), креативности как ведущего свойства его личности;
- развитие у детей способности и стремления к инициативному и самостоятельному действию, приобретающему все более произвольный характер, специфической познавательной мотивации и интеллектуальных эмоций;
- создание условий, обеспечивающих триединство отношения ребенка к миру, его взаимоотношений с другими людьми и самоотношения;
- расширение «зоны ближайшего развития» путем включения дошкольников в развивающие формы совместной деятельности со взрослым и друг с другом;
- формирование у детей творческого, осмысленного, ценностного отношения к собственному физическому и духовному здоровью путем построения оздоровительной работы как развивающе-образовательной;
- развитие у ребенка начал будущего умения учиться

Цели и задачи части Программы, формируемой участниками образовательных отношений

Парциальная программа «Выходи играть во двор»

Цель программы: обеспечение равных возможностей для полноценного физического развития ребенка в период дошкольного детства с учетом интересов, потребностей детей и их родителей, специфики национальных и социокультурных условий, спортивных традиций региона.

Задачи программы:

- формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями;
- закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- воспитание положительных нравственно-волевых качеств;
- формирование культуры здоровья.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Принципы и подходы к формированию Программы основаны на положениях Конституции Российской Федерации и законодательства Российской Федерации и с учётом Конвенции ООН о правах ребёнка:

1) поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

2) личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников) и детей;

3) уважение личности ребенка;

4) реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Основными принципами формирования Программы являются:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принцип полноты необходимости и достаточности (поставленные цели и задачи решаются только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному минимуму);
- принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.

Программа обеспечивает реализацию основных принципов дошкольного образования (п. 1.4. ФГОС):

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьёй;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.

В соответствии с ФГОС ДО Программа реализуется с учётом следующих принципов

(Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобренная решением федерального учебно - методического объединения по общему образованию от 20.05.2015г. №2/15), с. 10-13)

1. Поддержка разнообразия детства.
2. Сохранение уникальности и самоценности детства, как важного этапа в общем развитии человека.
3. Позитивная социализация.
4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников организации) и детей.
5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
6. Сотрудничество Организации с семьёй.
7. Взаимодействие с организациями социализации.
8. Индивидуализация дошкольного образования.
9. Возрастная адекватность образования.
10. Развивающее вариативное образование.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

11. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.

12. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.

Принципы к формированию основной части

Целостность образовательного процесса обеспечивается единством принципов развивающей образовательной работы по всем его направлениям (социально-коммуникативное, познавательное развитие и др.)

Первый принцип - общность приоритетов творческого развития. Ведущий ориентир при решении специфических задач развития творческого потенциала ребенка внутри каждого направления образовательного процесса задают основные составляющие этого потенциала. К их числу принадлежат: реализм воображения, «умение видеть целое раньше частей», надситуативно-преобразовательный характер творческих решений (творческая инициативность), мысленно-практическое экспериментирование.

Второй принцип развивающей работы - ориентация на универсальные модели творчества в ходе развития творческих способностей детей. Кратко это можно выразить в формуле: «высшее» - ключ к развитию и преобразованию «низшего». Иначе говоря, эталоном решения элементарных проблемных задач ребенком выступают высокие творческие свершения в сфере культуры.

Третий принцип – проблема как основная единица развивающего программного содержания. Как уже отмечалось, проблематизация содержания социокультурного опыта является условием его полноценного освоения и одновременно – движущей силой психического развития растущего человека. Проблема не только побуждает к действию, но и заставляет искать новые пути решения.

Четвертый принцип – разнообразие деятельностных средств воплощения творческих поисков и решений. В образовательной практике распространен монодеятельностный подход к развитию творческих способностей.

Пятый принцип - «событийное» оформление деятельной жизни ребенка. Этот принцип обязывает придавать творческим занятиям детей по каждому направлению работы характер маленьких, но отчетливо выделяющихся на фоне повседневности и ярко переживаемых жизненных событий.

Шестой принцип – единство развивающей и оздоровительной работы с детьми. Оздоровительная работа становится приоритетом и внутренним звеном развивающего образовательного процесса.

Основные подходы к формированию Программы

Согласно ФГОС ДО учреждение продолжает линию подходов, направленных на повышение результативности и качества дошкольного образования. На основании этого основными подходами к формированию программы являются:

Культурно-исторический подход - определяет развитие ребенка как «процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленных всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях».

Деятельностный подход - осуществляется в процессе организации различных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, изобразительной, музыкальной, восприятия художественной литературы и фольклора, двигательной, конструирования. Организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмов развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Для детей раннего возраста:

- предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками;
- экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и пр.);
- общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого (1-3 лет);
- самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями
- (ложка, совок, лопатка и пр.);
- восприятие смысла музыки, сказок, стихов, рассматривание картинок;
- двигательная активность.

Для детей дошкольного возраста (3-7 лет):

- игровая деятельность (включая сюжетно-ролевую игру как ведущую деятельность детей дошкольного возраста, а также игру с правилами и другие виды игры);
- коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками);
- познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними; восприятие художественной литературы и фольклора);
- самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице);
- конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал;
- изобразительная (рисования, лепки, аппликации);
- музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах);
- двигательная (овладение основными движениями) активность ребенка.

Личностно-ориентированный подход – это такое обучение, которое во главу угла ставит самобытность ребенка, его самооценку, субъективность процесса обучения, т.е. опора на опыт ребенка, субъектно-субъектные отношения.

Индивидуальный подход – учет индивидуальных особенностей детей группы в образовательном процессе, выбор методов, приемов и средств воспитания и обучения в соответствии с индивидуальным уровнем подготовленности ребенка.

Дифференцированный подход – в образовательном процессе предусмотрена возможность объединения детей по особенностям развития, по интересам, по выбору.

Подходы к формированию обязательной части Программы

Освоение общечеловеческой культуры рассматривается как творческий процесс. Поэтому и детское творчество выступает как основное условие освоения детьми базисного компонента образовательного содержания. В ходе творческого приобщения к началам человеческой культуры – познавательной, исследовательской, художественно-эстетической, коммуникативной, физической – у ребенка закладываются, развиваются и проявляются важнейшие созидательные способности – продуктивное воображение, постигающее мышление, ориентация на позицию другого человека, произвольность, элементы рефлексии и др. (см. задачи Программы). В этом процессе ребенок и взрослый совместными усилиями превращают содержание общественно-исторического опыта – совокупного достояния человечества в систему открытых проблем, которые подлежат осмыслению со стороны ребенка (и взрослого).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Принципы к части Программы, формируемой участниками образовательных отношений

Нашли отражение ведущие принципы отечественной педагогики:

Принцип развивающего характера образования

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Развитию способностей ребенка, обогащению воображения, памяти, мышления, восприятия, речи способствует вовлечение ребенка в разные виды деятельности, использование имитации игровых упражнений.

Принцип социализации

Игровое содержание Программы предполагает коллективную двигательную деятельность, совместное решение двигательных задач, воспитание личностных отношений, коммуникативных и организаторских умений.

Принцип оздоровительной направленности обеспечивается проектированием физкультурно-оздоровительных мероприятий по программе с учетом здоровья и физического развития каждого ребенка. Оптимальное использование сил природы в сочетании с физическими упражнениями повышает функциональные возможности организма детей.

Принцип индивидуализации нацеливает педагогов на построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится ее субъектом, активным в выборе содержания двигательной деятельности.

Принцип вариативности образования обеспечивает педагогу право свободного выбора модулей Программы в зависимости от погодных условий, двигательных предпочтений детей, желания родителей, особенностей предметно развивающей среды дошкольной организации.

Подходы к части Программы, формируемой участниками образовательных отношений

Подходы к построению коррекционной работы:

- нейрпсихологический, обеспечивающий выявление причин, лежащих в основе трудностей, возникающих у дошкольника при освоении Программы;
- комплексный, предусматривающий учет медико-психолого-педагогических знаний о ребенке с ОВЗ;
- интегрированный, позволяющий осуществлять совместную деятельность различных специалистов, сопровождающих развитие ребенка.

Подход этнокультурной соотнесенности дошкольного образования

Реализация регионального компонента Программы осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями Белгородского края.

Содержание дошкольного образования включает в себя вопросы истории и культуры родного поселка, региона, природного, социального и рукотворного мира, который с детства окружает маленького жителя Белгородской области. Становление различных сфер самосознания ребенка происходит на основе культуры, традиций, обычаев Белгородского края, ближайшего социального окружения.

Программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки, позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования) в образовательной деятельности учреждения.

Программа также предназначена для оказания помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития на уровне дошкольного образования.

Программа отвечает образовательному запросу социума, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей, в

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования на основе индивидуального подхода.

1.1.3. Значимые для разработки Программы характеристики

Режим работы структурного подразделения: Детский сад «Аленушка»:

Учреждение общеразвивающей направленности функционирует в режиме пятидневной рабочей недели с 12-часовым пребыванием детей (с 7.00 до 19.00 часов).

Реализация Программы осуществляется в течении всего времени пребывания детей в структурном подразделении в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательной, познавательно – исследовательской, продуктивной, чтения, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Национально – культурные особенности: Обучение и воспитание в учреждении осуществляется на русском языке. Основной контингент воспитанников проживает в условиях поселка, русские. Реализация данного компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями Белгородчины. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенный временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через целевые прогулки, беседы, проекты.

Климатические особенности: При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона. Белгородская область – средняя полоса России: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т. д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т. д.

Основными чертами климата являются: умеренно холодная зима и сухое жаркое лето. В холодное время года пребывание детей на открытом воздухе уменьшается. В теплое время года – жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе. Исходя из климатических особенностей региона, график образовательного процесса и режим дня составляется в соответствии с выделением двух периодов: холодный период (сентябрь-май); теплый период (июнь-август).

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Результатами освоения Программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. К целевым ориентирам физического развития относятся следующие возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

Младшая группа

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.
- Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Средняя группа

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Старшая группа

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

- Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Может 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
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах 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).
- Владеет школой мяча.
- Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
- Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.
- Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.
- Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

Подготовительная группа

- Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- В свободное время в группе и на прогулке ребенок организует подвижные игры с другими детьми.
- Движения ребенка в подвижных играх, беге и ходьбе уверенные, и ловкие.
- При выполнении коллективных заданий опережает средний темп.
- Утомляется незначительно на занятиях, требующих концентрации внимания и усидчивости.
- Умело действует двумя руками при выполнении с несколькими предметами (бытовые действия, одевание, конструирование, лепка).
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»
высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг).
- Бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния А-5 м.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны.
- Умеет перестраиваться в 2-3 круга на ходу.
- Умеет перестраиваться в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- Самостоятельно без напоминаний выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
- Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Всегда следит за правильной осанкой
- Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека).
- Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.
- Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремится правильно питаться.
- Может перечислить продукты, которые вредны или полезны для ребенка, какими витаминами богаты.
- Имеет представления о значении двигательной активности на свежем воздухе в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, воды и их влиянии на здоровье.

Целевые ориентиры на этапе завершения освоения парциальной программы:

Парциальная программа дошкольного образования «Выходи играть во двор» Л.Н. Волошина:

- ребенок проявляет самостоятельность и инициативность в организации индивидуальных и коллективных подвижных игр;
- способен выбрать инвентарь, вид двигательной деятельности, участников совместной игровой деятельности;
- ребенок правильно координировано выполняет основные виды движений, у него развиты тонко моторные действия, владеет игровыми упражнениями с мячом, скакалкой, ракеткой;
- ребенок выполняет правила подвижных игр, способен к проявлению волевых усилий в достижении результата, следует социальным нормам поведения в условиях игрового взаимодействия;
- владеет определенными представлениями о национальных традициях физической культуры и здорового образа жизни, региональных спортивных достижениях;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности, передает через движения особенности конкретного образа.

**Целевые ориентиры воспитательной работы для детей дошкольного
возраста**

Физическое развитие	Ценности	Показатели
для детей раннего возраста (до 3 лет)	Здоровье	Выполняющий действия по самообслуживанию: моет руки, самостоятельно ест, ложится спать и т. д. Стремящийся быть опрятным. Проявляющий интерес к физической активности. Соблюдающий элементарные правила безопасности в быту, в ОО, на природе.
для детей дошкольного возраста до 8 лет	Здоровье	Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, стремящийся соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе.

Раздел II. Содержательный.

**2.1 Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития
ребенка в образовательной области «Физическое развитие»**

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

Основные цели и задачи:

- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов;
- расширять у детей представления и знания о различных видах физических упражнений спортивного характера;
- целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость);
- развивать координацию движений, чувства равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость;
- обеспечивать тренировку мелкой мускулатуры тонких движения рук через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- развивать у детей возможность самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур и навыков самообслуживания;
- формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры.

Выполнение основных движений

(ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Ходьба (скрестным шагом, выпадами, в приседе, спиной вперед; с закрытыми глазами (4 – 6 м); по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; в разных построениях; совершая различные движения руками).

Бег (из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки; сидя спиной по направлению движения и т.п.), спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; по уменьшенной, приподнятой, наклонной поверхности; пробежки под вращающейся скакалкой по одному и парами).

Прыжки (подпрыгивания на месте разными способами – с поворотами кругом, смещая ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 30 – 40 прыжков (2 – 3 раза), на двух и на одной ноге, с продвижением вперед (многоскоки); через линии, веревку, невысокие предметы; вверх из глубоко приседа; боком с опорой руками на предмет; через длинную вращающуюся скакалку; через большой обруч, как через скакалку; прыжковые упражнения, сидя на больших гимнастических мячах (гимниках): повороты вокруг себя, поочередный подъем ног, постановка стоп на мяч и т.д.).

Бросание, ловля, метание (бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной и двумя руками, то же с хлопками, поворотами и другими заданиями; то же из одной руки в другую, с отскоком от пола; перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений (снизу из-за головы, сидя по-турецки, стоя на коленях и т.п.); через сетку; перекидывание набивных мячей весом 1 кг; отбивание мяча об пол, о землю с продвижением вперед (не менее 6 раз); метание мяча (мешочка с песком) в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 4 – 5 м, в движущуюся цель, вдаль метание вдаль ведущей рукой на 5 – 8 м).

Ползание, лазанье (ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; лазание по гимнастической стенке, лестнице, меняя темп, используя одноименный и разноименный способы лазания; передвижение с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; лазание по веревочной лестнице, скалодрому).

Упражнения для мышц головы и шеи (плавно выполнять движения головой, рисуя в воздухе цифры от 1 до 10; при приседании и ходьбе удерживать на голове разнообразные предметы (расстояние 6 – 10 м).

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса (поднимать, разводить, сгибать, вращать, выпрямлять руки из разных исходных положений одновременно и попеременно; выполнять разнонаправленные движения; разводить и сводить пальцы рук; смыкать поочередно пальцы рук с большим пальцем руки; вращать обруч перед собой и сбоку одной рукой на кисти и предплечье руки).

Упражнения для мышц туловища (наклоняться вперед, в стороны, назад из различных исходных положений; сидя, руки в упоре сзади, поднять обе ноги, оттянуть носки и удерживать ноги в этом положении; лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, пытаться дотянуться до лежащего за головой предмета; лежа на животе, стараться захватить руками щиколотки ног и удержаться в таком положении; лежа на животе прогибаться, приподнимая плечи над полом и разводя руки в стороны).

Упражнения для мышц брюшного пресса и ног (выставлять ногу вперед на носок скрестно; на носок -на пятку с притопами; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; выполнять мах прямой ногой вперед, стараясь достать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых рук; мах в сторону; приседать вниз - в стороны из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь; захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу; пытаться рисовать, удерживая карандаш пальцами ног).

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Самостоятельные построения и перестроения: в шахматном порядке; расчет на «первый-второй»; перестроение из одной шеренги в две; из построения парами в колонну по одному («цепочкой»).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

- развивать у детей умение самостоятельно организовывать подвижные игры и выполнять упражнения.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

содействовать формированию у детей привычки к здоровому образу жизни;

- рассказывать детям о достижениях взрослых и детей в вопросах, связанных с формированием их здоровья, занятиями спорта;

- содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и может реализовываться в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка):

- в раннем возрасте (1 год - 3 года) - предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками; экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и пр.), общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого, самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (ложка, совок, лопатка и пр.), восприятие смысла музыки, сказок, стихов, рассматривание картинок, двигательная активность;

- для детей дошкольного возраста (3 года - 8 лет) - ряд видов деятельности, таких как игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), а также восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование, лепка, аппликация), музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах) и двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Особенности образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» в второй группе раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза – смотреть, уши – слышать, нос – дышать, язык – пробовать (определять) на вкус, руки – хватать, ноги – стоять, бегать, ходить; голова – думать, запоминать.

Физическая культура. 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.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

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.

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.).

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений в второй группе раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны.

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2–3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10–15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20–25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

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

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3–4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20–30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30–40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

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

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

Общеразвивающие упражнения.

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

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

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»
стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу
вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

**Перспективное годовое планирование
непосредственной образовательной деятельности**

Вторая группа раннего возраста

№	Тема занятия	Программное содержание	Совместная деятельность воспитателя с учетом рабочей программы воспитания.
1	Прыжки на двух ногах на месте	Разучить прыжки на двух ногах на месте; развивать ориентацию в пространстве при ползании до заданного расстояния; упражнять в прокатывании мяча.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
2	Прыжки на двух ногах на месте с хлопками	Упражнять в проползании заданного расстояния до предмета; повторить прыжки на двух ногах на месте (с хлопками); упражнять в катании мяча в паре с воспитателем.	
3	<i>На свежем воздухе</i>	Закреплять прыжки на двух ногах на месте (с хлопками); упражнять в катании мяча в паре с воспитателем. Игровое упражнение «Беги ко мне».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
4	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Упражнять в прыжках на двух ногах, слегка продвигаясь вперед; повторить ползание на четвереньках по прямой (от игрушки к игрушке); упражнять в прокатывании мяча двумя руками. Игровое упражнение «К мишке в гости».	
5	Проползание в обруч	Упражнять в проползании в вертикально стоящий обруч; продолжать упражнять в прыжках на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; в прокатывании мячей.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

6	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в прыжках, в прокатывании мячей. Игровое упражнение «Беги ко мне».	
7	Проползание в вертикально стоящий обруч	Повторить проползание в вертикально стоящий обруч (за игрушкой); упражнять в прыжках на двух ногах, слегка продвигаясь вперед; повторить прокатывание мяча двумя руками друг другу. Игровое упражнение «К лисичке в гости».	
8	Ползание в воротца	Разучить ползание в воротца; упражнять в подпрыгивании на двух ногах с хлопком; повторить прокатывание мяча одной рукой (правой и левой). Игровое упражнение «К мишке в гости».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
9	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в подпрыгивании на двух ногах с хлопком; закреплять прокатывание мяча одной рукой (правой и левой). Игровое упражнение «К мишке в гости».	
10	Подпрыгивание до предмета	Упражнять в подпрыгивании до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; повторить проползание в вертикально стоящий обруч и воротца; повторить прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу. Игровое упражнение «Собери колечки».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
11	Прыжки. Катание мяча.	Закрепить прыжки на двух ногах на месте с продвижением вперед; катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем. Игровое упражнение «Бегите ко мне».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
12	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в катании мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем. Игровое упражнение «Бегите ко мне».	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

13	Ползание под веревку	Повторить ходьбу «стайкой» и бег от воспитателя, подпрыгивание до предмета; упражнять в ползании под веревку; повторить прокатывание мяча одной и двумя руками. Игровое упражнение «Собери колечки».	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
14	Подползание под дугу	Совершенствовать ходьбу стайкой за воспитателем; повторить бег от воспитателя; упражнять в ползании под дугу; повторить подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; совершенствовать навык прокатывания мяча одной и двумя руками.	
15	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в ходьбе и беге «стайкой», подпрыгивании до игрушки; прокатывании мяча. Игровое упражнение «Догони мяч».	
16	Подпрыгивание	Упражнять в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног; совершенствовать навык бега, прокатывания мяча под дугу; повторить подлезание под веревку.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
17	Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета	Упражнять в ходьбе с согласованными, свободными движениями рук и ног, в беге в различных направлениях; Совершенствовать прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, повторить проползание в вертикально стоящий обруч; совершенствовать прокатывание мяча одной рукой. Игровое упражнение «К мишке в гости».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
18	<i>На свежем воздухе</i>	Совершенствовать прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		предмета, прокатывание мяча одной рукой. Игровое упражнение «Догони мяч».	
19	Подпрыгивание до игрушки	Совершенствовать ходьбу «стайкой» за воспитателем; упражнять в беге в различных направлениях; совершенствовать подпрыгивание до игрушки, подползание под веревку (высота 50 см), катание мяча в паре.	
20	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	Повторить ходьбу с согласованными, свободными движениями рук и ног, бег в различных направлениях; совершенствовать навык прыжков на двух ногах с продвижением вперед, подползания под веревку; прокатывания мяча. Игровое упражнение «Собери комочки».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
21	<i>На свежем воздухе</i>	Повторить бег в различных направлениях; прыжки с продвижением вперед. Игровое упражнение «Собери грибочки».	
22	Подпрыгивание	Повторить ходьбу с согласованными, свободными движениями рук и ног, бег в различных направлениях; совершенствовать подпрыгивание до ладони воспитателя, сопровождающееся небольшим продвижением вперед; проползание в вертикально стоящий обруч и воротца с захватом мяча; между предметами. Игровое упражнение «Собери пирамидку».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
23	Ползание. Прыжки.	Закрепить проползание в вертикально стоящий обруч; подпрыгивание до предмета, находящегося выше	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		поднятых рук ребенка. Игровое упражнение «Собери пирамидку».	спортивных игр.
24	<i>На свежем воздухе</i>	Игровые упражнения с мячом. Подвижная игра «Самолеты».	
25	Ходьба в прямом направлении	Упражнять в ходьбе в прямом направлении, взявшись за руки, в беге не наталкиваясь друг на друга; совершенствовать прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой), проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча; упражнять в скатывании мяча с горки. «Игровое упражнение «Скати и догони».	
26	Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках.	Упражнять в ходьбе в прямом направлении, беге, не наталкиваясь друг на друга; совершенствовать прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках, проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой; прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками. Игровое упражнение «Скати и догони».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
27	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в ходьбе в прямом направлении, беге, не наталкиваясь друг на друга; совершенствовать прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках. Игровое упражнение «Подпрыгни до ладони».	
28	Подпрыгивание	Упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки; повторить бег в различных направлениях; совершенствовать в подпрыгивании до двух игрушек, находящихся	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед, подползание под две веревки, натянутые рядом, прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками). Игровое упражнение «Подпрыгни до ладони».	
29	Ходьба по кругу, взявшись за руки	Упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки; повторить бег в различных направлениях; упражнять в подползании под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; совершенствовать прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; прыжки с продвижением вперед с мячом в руках.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
30	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки; повторить бег в различных направлениях, совершенствовать прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками)..	
31	Перепрыгивание через веревку на двух ногах	Повторить ходьбу в прямом направлении; совершенствовать бег в различных направлениях, перепрыгивание через веревку на двух ногах; упражнять в подползании под гимнастическую палку, положенную на высоте 50 см от пола; совершенствовать навык прокатывания двух мячей поочередно правой и левой рукой. Игровое упражнение «Проползи под дугой».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
32	Подпрыгивание до предмета	Повторить ходьбу в прямом направлении, бег, не наталкиваясь друг на друга; Совершенствовать умение подпрыгивать до	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка, подлезание под скамейку, прокатывание мячей друг другу. Игровое упражнение «Попрыгай как мячик».	безопасного образа жизни.
33	<i>На свежем воздухе</i>	Совершенствовать умение подпрыгивать до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка, упражнять в подлезании под дуги, прокатывание мячей под дугу.	
34	Подпрыгивание	Повторить ходьбу по кругу, взявшись за руки; бег, не наталкиваясь друг на друга; совершенствовать умение в подпрыгивании до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча; прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. Игровое упражнение "Прокати мяч и догони его».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
35	Ползание. Прокатывание мяча одной рукой.	Закрепить проползание в вертикально стоящий обруч; прокатывание мяча одной рукой (правой и левой). Повторить игровое упражнение «Доползи до погремушки»	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр .
36	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в лазании под дуги; прокатывание мяча одной рукой (правой и левой). Повторить игровое упражнение «Попади в воротца».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
37	Перепрыгивание через линию	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; совершенствовать умение в беге за воспитателем, от воспитателя; упражнять в перепрыгивании через линию; в проползании в	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		заданном направлении; повторить скатывание мяча с горки. Игровое упражнение «Пройди по дорожке».	
38	Проползание заданного расстояния до предмета	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; совершенствовать навыки в беге за воспитателем и от воспитателя; упражнять в проползании заданного расстояния до предмета, в перепрыгивании через веревку, лежащую на полу; совершенствовать навык скатывания мяча с горки. Игровое упражнение «Пройди по мостику».	
39	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; совершенствовать навыки в беге за воспитателем и от воспитателя; закреплять скатывания мяча с горки. Игровое упражнение «Пройди по мостику».	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
40	Прыжки продвижением вперед	Совершенствовать навык ходьбы в прямом направлении, упражнять в беге, догоняя катящиеся предметы; совершенствовать прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед, перелезание через валик, катание мяча двумя руками.	
41	Проползание обруч	Повторить ходьбу с перешагиванием через предметы; бег, догоняя катящиеся предметы; совершенствовать навыки в проползании в вертикально стоящий обруч; в прыжках на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; в катании мяча двумя руками друг другу. Игровое упражнение «Лови мяч».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

42	<i>На свежем воздухе</i>	Совершенствовать навыки в лазании под дуги; в прыжках на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; в катании мяча. Игровое упражнение «Лови мяч».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
43	Прокатывание мячей	Повторить с перешагиванием через предметы; бег, догоняя катящиеся предметы; совершенствовать навыки в проползании в вертикально стоящий обруч за игрушкой; в прыжках на двух ногах; в прокатывании мячей двумя руками друг другу. Игровое упражнение «Перелезь через бревно».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
44	Подпрыгивание на двух ногах с хлопком	Совершенствовать ходьбу в прямом направлении; повторить бег, догоняя катящиеся предметы; упражнять в ползании в воротца; совершенствовать навыки в подпрыгивании на двух ногах с хлопком; в прокатывании мяча двумя руками воспитателю. Игровое упражнение «Через ручеек»	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
45	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в лазании под дуги; совершенствовать навыки в подпрыгивании на двух ногах с хлопком; в прокатывании мяча двумя руками воспитателю. Игровое упражнение «Через ручеек».	
46	Подпрыгивание. Прокатывание мяча.	Совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием через предметы; в беге за воспитателем, от воспитателя, в подпрыгивании с касанием предмета; повторить подползание под скамейку; совершенствовать умения в прокатывании мяча двумя и одной рукой друг другу.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		Игровое упражнение «Прокати мяч».	
47	Прыжки. Катание мяча в парах.	Закрепить навыки ходьбы с перешагиванием через предметы, в беге за воспитателем, от воспитателя; Закрепить умения в прыжках на двух ногах на месте и продвигаясь вперед; в катании мяча двумя и одной рукой в парах. Игровое упражнение «Брось мяч».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
48	<i>На свежем воздухе</i>	Закреплять умения в прыжках на двух ногах на месте и продвигаясь вперед; упражнять в катании мяча двумя и одной рукой в парах. Игровое упражнение «Брось мяч».	
49	Прыжки в высоту	Упражнять в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; совершенствовать умения в беге, в прыжках в высоту; повторить перелезание через валик; упражнять в бросании мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение «Перелезь через бревно».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
50	Ползание под дугу	Упражнять в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; совершенствовать навыки в ходьбе за воспитателем и от воспитателя; повторить ползание под дугу; совершенствовать умения в подпрыгивании до игрушки, в прокатывании мяча одной и двумя руками под дугу. Игровое упражнение «Пройди по дорожке».	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
51	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры;	Содействие развитию двигательных

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		совершенствовать навыки в ходьбе за воспитателем и от воспитателя; повторить ползание под дугу; в прокатывании мяча под дугу. Игровое упражнение «Пройди по дорожке».	способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
52	Подлезание под веревку	Повторить ходьбу с опорой на зрительные ориентиры; совершенствовать умения в беге, догоняя катящиеся предметы; повторить перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; бросание мяча двумя руками снизу; закрепить подлезание под веревку.	
53	Ловля мяча	Повторить ходьбу с опорой на зрительные ориентиры; упражнять в беге в различных направлениях; совершенствовать умения в прыжках на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, в проползании в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки; упражнять в ловле мяча, брошенного воспитателем. Игровое упражнение «Лови мяч».	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
54	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в беге в различных направлениях; совершенствовать умения в прыжках на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, в лазании под дугу; упражнять в ловле мяча, брошенного воспитателем. Игровое упражнение «Лови мяч».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
55	Подпрыгивание. Ползание под веревку.	Упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки и беге в различных направлениях; совершенствовать умения в подпрыгивании до игрушки, в ползании под веревку; повторить бросание мяча двумя руками снизу.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		Игровое упражнение «Через ручеек».	
56	Прыжки на двух ногах	Упражнять в ходьбе по кругу, взявшись за руки; совершенствовать умения в беге, догоняя катящиеся предметы, в прыжках на двух ногах с небольшим продвижением вперед, в перелезании через валик, повторить перебрасывание малого мяча через ленту. Игровое упражнение «Брось мяч».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
57	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в ходьбе и беге по кругу, совершенствовать умения в беге, догоняя мяч, в прыжках на двух ногах с небольшим продвижением вперед, повторить перебрасывание малого мяча через ленту. Игровое упражнение «Брось мяч».	
58	Перебрасывание мяча через веревку	Совершенствовать навык в подпрыгивании; повторить бег в различных направлениях; совершенствовать навыки в подпрыгивании до ладони воспитателя, в ползании под веревку; упражнять в перебрасывании мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка. Игровое упражнение «Лови мяч».	
59	Ползание. Прыжки.	Повторить ходьбу по кругу, взявшись за руки; закрепить бег, догоняя катящиеся предметы; перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; ползание в заданном направлении. Игровое упражнение «Через ручеек».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
60	<i>На свежем воздухе</i>	Закреплять бег, догоняя мяч; перепрыгивание мяча через линию, ползание в заданном направлении. Игровое упражнение «Через ручеек».	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

61	Прыжки. Ползание. Скатывание мяча с горки.	Упражнять в ходьбе со сменой направления движения; в беге между двумя линиями. Совершенствовать навыки в прыжках на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке), в ползании в два вертикально стоящих обруча; в скатывании мяча с горки. Игровое упражнение.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
62	Ползание. Прыжки.	Упражнять в ходьбе со сменой направления движения, в беге между двумя линиями; совершенствовать умения в прыжках на двух ногах с мячом в руках; в проползании заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой; упражнять в прокатывании мяча между двумя предметами.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
63	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в ходьбе со сменой направления движения, в беге между двумя линиями; совершенствовать умения в прыжках на двух ногах с мячом в руках.	
64	Ловля мяча, брошенного воспитателем	Повторить ходьбу со сменой направления движения; бег в различных направлениях; совершенствовать умения в подпрыгивании до двух игрушек, с продвижением вперед; в подползании под две веревки, натянутые рядом; упражнять в ловле мяча, брошенного воспитателем. Повторить игровое упражнение «Пройди по мостику».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
65	Ползание. Прокатывание мячей. Прыжки с продвижением вперед.	Повторить ходьбу со сменой направления движения, бег в различных направлениях; совершенствовать навыки в подползании под гимнастическую палку,	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		положенную на высоте 50 см; в прокатывании двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; в прыжках с продвижением вперед с мячом в руках. Подвижная игра «Пройди по дорожке».	
66	<i>На свежем воздухе</i>	Повторить упражнения в ходьбе и беге, лазании. Подвижная игра «Пройди по дорожке».	
67	Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой	Совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием через предметы; в беге между двумя линиями; в перепрыгивании через веревку на двух ногах; в подползании под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола. Упражнять в прокатывании двух мячей поочередно правой и левой рукой. Подвижная игра «Проползи в воротца».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
68	Подпрыгивание. Ползание. Бросание мяча двумя руками снизу.	Совершенствовать навыки в ходьбе с опорой на зрительные ориентиры; в беге в различных направлениях; подпрыгивании до погремушек, в подползании под веревку, бросании мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение «Попрыгай как мячик».	
69	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в беге в различных направлениях; подпрыгивании вверх, в подползании под веревку, бросании мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение «Попрыгай как мячик».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
70	Прокатывание мяча	Совершенствовать навыки в ходьбе со сменой направления движения; в беге между двумя линиями; подпрыгивании до ладони воспитателя; проползании в вертикально	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		стоящий обруч и воротца с захватом мяча. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками и одной рукой друг другу между предметами. Игровое упражнение «Прокати мяч и догони его».	
71	Ползание. Бросание мяча.	Совершенствовать навык в ходьбе с перешагиванием через предметы; закреплять бег между двумя линиями; подползание под веревку; бросание мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение «Через ручеек».	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
72	<i>На свежем воздухе</i>	Закреплять бег между двумя линиями; лазании под дуги; бросание мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение «Через ручеек».	
73	Ползание на заданное расстояние	Упражнять в ходьбе, огибая предметы; беге между двумя линиями; повторить бросание мяча воспитателю; перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; закрепить ползание на заданное расстояние. Игровое упражнение «Перешагивание через палку».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
74	Прыжки на двух ногах с места	Упражнять в ходьбе, огибая предметы; совершенствовать навык бега за воспитателем, от воспитателя; упражнять в проползании заданного расстояния до предмета; совершенствовать умения в прыжках на двух ногах с места как можно дальше; повторить катание мяча между предметами. Игровое упражнение «Мой веселый звонкий мяч».	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
75	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в прыжках на двух ногах с места как можно дальше; повторить катание мяча между предметами. Игровое упражнение «Мой веселый звонкий мяч».	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

76	Перелезание через бревно	Упражнять в ходьбе со сменой характера движения; повторить бег между двумя линиями. Упражнять в прыжках на двух ногах с места; повторить перелезание через бревно; бросание мяча двумя руками воспитателю.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
77	Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении	Упражнять в ходьбе со сменой характера движения; повторить бег между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах как можно дальше (со зрительным ориентиром); прокатывании мячей двумя руками в произвольном направлении. Игровое упражнение «Пройди по дорожке».	
78	<i>На свежем воздухе</i>	Повторить прокатывание мяча в произвольном направлении, повторить бег между двумя линиями; упражнять в прыжках на двух ногах. Игровое упражнение «Пройди по дорожке».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
79	Прокатывание мячей двумя руками друг другу	Повторить ходьбу, огибая предметы; совершенствовать бег за воспитателем, от воспитателя. Повторить прыжки на двух ногах; упражнять в прокатывании мячей двумя руками друг другу в произвольном направлении. Игровое упражнение «Курочка – хохлатка»	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
80	Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно)	Повторить ходьбу, огибая предметы; совершенствовать умения в беге между двумя линиями, не наступая на них; перелезании через бревно; повторить прыжки на двух ногах с места; прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно).	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
81	<i>На свежем воздухе</i>	Совершенствовать умения в беге между двумя линиями,	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		перелезании через препятствия; повторить прыжки на двух ногах с места; Повторить прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно).	
82	Ползание на заданное расстояние	Повторить ходьбу со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога; совершенствовать умения в беге за воспитателем, от воспитателя; повторить перепрыгивание через гимнастическую палку, лежащую на полу; прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу; совершенствовать умения в проползании заданного расстояния до ориентира. Игровое упражнение «Перешагни через ручеек».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
83	Бег между двумя линиями	Упражнять в ходьбе с перешагиванием через гимнастической палки, приподнятой на высоту 5-15 см; совершенствовать умения в беге между двумя линиями; подпрыгивании до предмета; повторить подлезание под веревку; совершенствовать умения в прокатывании мяча одной и двумя руками. Игровое упражнение «Мишки идут по лесу»	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
84	<i>На свежем воздухе</i>	Совершенствовать умения в беге между двумя линиями; подпрыгивании до предмета; повторить лазания под дуги ; совершенствовать умения в прокатывании мяча одной и двумя руками. Повторить игровое упражнение «Мишки идут по лесу».	
85	Бег со сменой направления движения	Совершенствовать навык ходьбы со сменой характера движения; упражнять в беге со сменой направления	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		движения; совершенствовать умения в подползании под дугу; прокатывании мяча одной и двумя руками под дугу; повторить прыжки с места на двух ногах. Игровое упражнение «Мишки идут по полю»).	
86	Прокатывание мяча между предметами	Повторить ходьбу с перешагиванием гимнастической палки; бег со сменой направления движения; совершенствовать умения в подпрыгивании до предмета; прокатывании мяча между предметами; повторить проползание в вертикально стоящий обруч. Игровое упражнение «Курочка - хохлатка».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
87	<i>На свежем воздухе</i>	Повторить бег со сменой направления движения; совершенствовать умения в подпрыгивании до предмета; прокатывании мяча между предметами. Игровое упражнение «Курочка - хохлатка».	
88	Прыжки. Ползание. Прокатывание мяча.	Повторить ходьбу с перешагиванием гимнастической палки, приподнятой на высоту 5-15 см.; совершенствовать навыки в беге между линиями; прыжках на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета; в ползании под шнур, прокатывании мяча одной рукой. Игровое упражнение «Мишки идут по лесу».	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
89	Прыжки. Лазание. Прокатывание мяча.	Повторить бег со сменой направления движения; совершенствовать навыки в ходьбе со сменой характера движения; в подпрыгивании до игрушки; подлезании под веревку (высота 30-40 см);	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		катании мяча между предметами. Игровое упражнение «Попади в воротца».	
90	<i>На свежем воздухе</i>	Совершенствовать навыки в ходьбе со сменой характера движения; в подпрыгивании до игрушки; прокатывании мяча. Игровое упражнение «Попади в воротца».	
91	Прыжки через две параллельные линии	Упражнять в перепрыгивании через две параллельные линии; совершенствовать навыки в ходьбе со сменой характера движения; беге между двумя линиями; лазании через бревно, прокатывании мяча между предметами. Игровое упражнение «Попади в воротца»	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
92	Ходьба с перешагиванием через гимнастические палки приподнятой на высоту 5-15 см	Совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием гимнастической палки, приподнятой на высоту 5-15 см; беге со сменой направления движения. Упражнять в перепрыгивании через две параллельные линии; повторить прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. Игровое упражнение «Мишки едут по лесу».	
93	<i>На свежем воздухе</i>	Упражнять в ходьбе и беге «стайкой»; повторить прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами. Игровое упражнение «Мишки едут по лесу».	
94	Бег между двумя линиями. Ползание. Прокатывание мяча.	Закреплять навыки в ходьбе со сменой характера движения в соответствии с указаниями педагога; беге между двумя линиями; ползании в вертикально стоящий обруч. Повторить	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		прокатывание мяча в произвольном направлении; игровое упражнение «Попади в воротца».	
95	Медленный бег до 80 м	Совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием гимнастической палки, приподнятой на высоту 5-15 см; упражнять в медленном беге до 80 м; повторить прыжки с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); проползание в два вертикально стоящих обруча; прокатывание мяча. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч».	
96	<i>На свежем воздухе</i>	Продолжать упражнять в медленном беге до 80 м; повторить прыжки с продвижением вперед, лазание под дуги. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч».	
97	Медленный бег	Совершенствовать навыки в ходьбе огибая предметы, прыжках на двух ногах с места; прокатывании мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками; упражнять в медленном беге до 80 м. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
98	Прыжки. Лазание. Прокатывание двух мячей.	Упражнять в медленном беге до 80 м; совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием гимнастической палки, приподнятой на высоту 5-15 см; подпрыгивании; ползании под две веревки, натянутые рядом; в прокатывании двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами. Игровое упражнение «Перешагни через ручеек».	
99	<i>На свежем воздухе</i>	Игровые упражнения с мячом.	
100	Медленный бег	Повторить медленный бег до	Формировать у

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		80 м; совершенствовать навыки в ходьбе, огибая предметы; в ползании под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; в прокатывании двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; в прыжках с места с мячом в руках. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч».	ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела
101	Лазание через бревно	Совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием через веревки, приподнятые на высоте 5-15 см; повторить непрерывный бег (30-40 сек); упражнять в лазании через бревно; закреплять перепрыгивание через веревку; прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. Подвижная игра «Попади в воротца».	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
102	<i>На свежем воздухе</i>	Повторить непрерывный бег (30-40 сек); упражнять в лазании через бревно; закреплять перепрыгивание через веревку; прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой. Подвижная игра «Попади в воротца».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
103	Непрерывный бег	Совершенствовать навыки в ходьбе огибая предметы, лазании под шнур; бросании мяча; упражнять в непрерывном беге (30-40 мин); повторить перепрыгивание через веревку, лежащую на полу. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч».	
104	Прыжки через две параллельные линии	Повторить прыжки через две параллельные линии. Совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см; медленном беге до 80м; прокатывании	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		мяча под дугой поочередно правой и левой рукой. Игровое упражнение «Мишки идут по лесу».	
105	<i>На свежем воздухе</i>	Повторить упражнения в прыжках. Совершенствовать навыки в ходьбе с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см; медленном беге до 80м; прокатывании мяча под дугой поочередно правой и левой рукой. Игровое упражнение «Мишки идут по лесу».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
106	Ходьба. Лазание. Прыжки.	Повторить непрерывный бег (30-40); закрепить ходьбу с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см; лазание под гимнастическую палку; прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира; прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой. Игровое упражнение «Мишка идет по лесу».	
107	Игровые упражнения с мячом	Закрепить навыки владения мячом в игровых упражнениях. Игра «Мой веселый, звонкий мяч».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
108	<i>На свежем воздухе</i>	Игровые упражнения с мячом.	

«Физическое развитие» в младшей группе (от 3 до 4 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Развивать умения различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представления 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 представления о необходимости закаливания.

Дать представления о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура. 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. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

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.

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. Водить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений в младшей группе (от 3 до 4 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), по кругу, змейкой, враспынную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50–60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5–5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5–2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1–1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70–100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2–3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролазание в обруч; перелазание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2–3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15–20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4–6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25–30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

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

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные игры и упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Подвижные игры

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлазанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Перспективное годовое планирование непосредственной образовательной деятельности

Младшая группа

№	Тема занятия	Программное содержание	Совместная деятельность воспитателя с учетом рабочей программы воспитания.
1	Ходьба и бег небольшими группами в прямом направлении.	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	
2	Игровые упражнения с мячом.	Закреплять формирование навыка владения мячом. Упражнение «Прокати и догони». Прокатывание мяча друг другу.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
3	«На прогулку в лес пойдем» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику ходьбы, бега, прыжков.	
4	Ходьба и бег в прямом направлении.	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
5	Игровые упражнения на равновесие.	«Пойдем по мостику» (по дорожке шириной 25 см). Подвижные игры с мячом, с прыжками.	
6	«В гости в деревню» (Дошкольник	Совершенствование навыков лазания по гимнастической стене, подлезания под	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	Белогорья).	веревку.	
7	Отгалкивание мяча при прокатывании.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично, отгалкивать мяч при прокатывании.	
8	Игровые упражнения с мячами.	Повторить игровые упражнения с мячом. Прокатывание мячей (большой диаметр) друг другу, бросание мячей вперед. Подвижные игры «Мой веселый, звонкий мяч».	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
9	«Путешествие по городу» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить в игровой форме основные виды движения (ходьба, бег, упражнения в равновесии).	
10	Ходьба и бег по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу.	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу группироваться при лазании под шнур.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
11	Прыжки через шнур.	Развивать координацию движений в прыжках через шнур, умение действовать по сигналу.	
12	«В гостях у белочки и зайчика» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствование технику метания, упражнять в прыжках на двух ногах.	
13	Прыжки с приземлением на полусогнутые ноги.	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
14	Игровые упражнения с	Совершенствовать технику владения с мячом. Повторить	Формирование навыков,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	мячом.	игровые упражнения «Прокати мяч и доползи», «Прокати и догони мяч». Подвижная игра «Мыши в кладовой».	необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
15	«В гости к городкам» (Дошкольник Белогорья).	Формирование начальных представлений об игре «Городки», инвентаре для игры (городок); совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
16	Прыжки с приземлением на полусогнутые ноги.	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	
17	Игровые упражнения в равновесии и прыжках.	Упражнять в равновесии при ходьбе из обруча в обруч, в прыжках «Перепрыгни из ямки в ямку». Подвижная игра «Наседка и цыплята».	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
18	«Цветные городки» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить умения в построении простейших городишных фигур (забор, бочка, самолет, стрела), в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		способностей.	
19	Ходьба и бег с остановкой по сигналу.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
20	Игровые упражнения с мячом. Прыжки.	Совершенствовать технику владения мячом в упражнениях «Докати до кегли», «Чей мяч дальше!». Упражнение в прыжках: «Перепрыгнем канавку» (через шнур).	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
21	«Увлекательное путешествие» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить знакомить детей с инвентарем для игры (битой), отрабатывать элементарные действия с битой (брать, передавать, бросать), совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	
22	Ползание под шнур, упражнения в равновесии.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
23	Игровые упражнения в ползании, с мячом.	Совершенствовать навык владения мячом (докати мяч до кегли; игровые упражнения «Мышки», «Цыплята». Подвижная игра «Поймай комара».	
24	«Ловкие ребята» (Дошкольник Белогорья).	Отрабатывать элементарные действия с битой (брать, передавать, бросать), совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

25	Ходьба по ограниченной площади опоры.	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
26	Игровые упражнения с мячом; упражнения в равновесии.	Развивать меткость и глазомер в упражнении «Прокати мяч и доползи», формировать устойчивое равновесие в упражнении «Пробеги по мостику». Подвижная игра «Мыши в кладовой».	
27	«В гостях у белочки и зайчика» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания, упражняться в прыжках на двух ногах.	
28	Ходьба в колонне по одному с высоким подниманием колен.	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
29	Игровые упражнения в равновесии и прыжках.	Формировать навык равновесия в ходьбе из обруча в обруч; упражнять в прыжках «Перепрыгни из ямки в ямку».	
30	«Прыжки» (Дошкольник Белогорья).	Развивать технику прыжка, метания в даль.	
31	Прокатывание мяча. Ползание.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
32	Игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Развивать технику прыжка в упражнении «Перепрыгни ручеек»; формировать навык владения мячом («Прокати мяч до кегли и сбей ее»)	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

).	
33	«Веселые медвежата» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания в цель.	
34	Ползание, равновесие.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
35	Игровые упражнения в ползании, лазании под дугу.	Развивать ловкость и глазомер в катании мяча в парах; «Прокати в ворота». Повторить упражнения в ползании «Доползи до зайки» (на ладонях и коленях), лазание под дугу («мышки»). Подвижная игра «Зайка серый умывается».	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
36	«Зайки-попрыгайки!» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания в цель, умения действовать по сигналу взрослого.	
37	Ходьба между кубиками (40 см друг от друга).	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
38	Игровые упражнения в подлезании и равновесии.	Совершенствовать технику подлезания в упражнении «Пролезь в норку» (высота 40-50 см); упражнять в равновесии упражнения «пройти по дорожке», «Перешагни через кубик».	
39	«Шайба - в ворота попадай-ка» (Дошкольник Белогорья).	Формировать начальные представления о виде спорта - хоккее. Познакомить детей с шайбой и простейшими действиями с ней.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

			самостоятельной двигательной деятельности
40	Прыжки. Прокатывание мяча.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	
41	Игровые упражнения на равновесие, метание.	Формировать устойчивое равновесие в упражнении «Пройди по мостику» (ширина 20 см); развивать меткость в упражнении «попади снежком в корзину». Подвижная игра «Воробышки и кот».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
42	«Клюшка-для детей игрушка» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить формирование начальных представлений о спорте- хоккее, обогатить двигательный опыт детей.	
43	Ходьба и бег с выполнением заданий.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
44	Игровые упражнения с мячом; в прыжках.	Формировать технику прыжка в спрыгивании со скамейки (высота 20 см); развивать в прокатывании мяча между предметами, в прямом направлении.	
45	«Хоккей для малышей» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить детей вести шайбу, не отрывая от поверхности, ударять клюшкой по неподвижной шайбе, забивать шайбу в ворота.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
46	Ходьба в колонне по одному, ходьба и	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая	Формирование элементарных

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	бег враспынную.	ориентировку в пространстве, упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
47	Игровые упражнения с мячом	Развивать ловкость, меткость и глазомер в игровых упражнениях с мячом: «Прокати по дорожке», «Чей мяч дальше», «Сбей кеглю».	
48	«Очень любим мы резвиться и санках прокатиться» (Дошкольник Белогорья)	Формировать двигательные действия в играх с санками: сидеть, уметь толкать и следовать за ними, вести санки за спиной.	
49	Ходьба по доске (ширина 15 см.) в умеренном темпе. Прыжки.	Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
50	Игровые упражнения в ползании, прыжки.	Упражнять в ползании, не касаясь руками пола (высота 40-50см) - «мышки вылезли из норки», «Щенята подлезли под забор»; повторить прыжки через шнур, из обруча в обруч. П/и «Воробышки и кот».	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
51	«У нас веселая пора -катаемся на санках» (Дошкольник Белогорья)	Продолжать формировать двигательные действия в играх с санками: сидеть, уметь толкать и следовать за ними, вести санки за спиной.	
52	Ходьба по периметру зала и враспынную.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
53	Прыжки со скамейки, прокатывание мяча.	Повторить прыжки со скамейки; прокатывание мяча друг другу в прямом направлении. П/и «Лохматый пес».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

54	«Эй, ребята, выходите и саночки садитесь» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать формировать двигательные действия в играх с санками: сидеть, уметь толкать и следовать за ними, вести санки за спиной, перевозить на санках игрушки.	
55	Ходьба и бег вокруг кубиков. Прокатывание мяча.	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.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
56	Игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Повторить прыжки с продвижением вперед; прыжки со скамейки. Закрепить упражнения с мячом – катание между предметами, вокруг предметов. П/и «Пузырь».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр
57	«Мы на лыжах быстро мчимся, провалиться не боимся!» (Дошкольник Белогорья).	Познакомить детей с лыжами и их устройством, учить стоять на лыжах, выполнять ступающий шаг.	
58	Ползание под дугу, не касаясь руками пола.	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
59	Игровые упражнения с мячом.	Упражнять в лазании в обруч не касаясь руками пола; в катании мяча между двумя линиями, в ворота. П/и «Догони мяч».	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
60	«Зимой нам некогда скачать» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить стоять на лыжах, выполнять ступающий шаг.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

61	Равновесие. Прыжки.	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
62	Ходьба по доске (ширина 15-20 см).	Повторить ходьбу по доске, катание мяча в прямом направлении.	
63	«Пришла зима-вставай на лыжи!» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить стоять на лыжах, выполнять ступающий шаг.	
64	Прыжки с высоты и приземление на полусогнутые ноги.	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
65	Игровые упражнения в равновесии и прыжках.	Развивать равновесие, в ходьбе по скамейке (высота 20 см), прыжки с высоты 15 см («Воробышки», «зайки»). П/и «Найди свой цвет».	
66	«Весна, весна к нам пришла, радость детям принесла!» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику ходьбы, бега, прыжков на двух ногах.	
67	Бросание мяча через шнур двумя руками.	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	
68	Игровые упражнения в прыжках. Катание мячей.	Повторить прыжки – из ямки в ямку, через шнуры; катание мячей друг другу. П/и «Поймай снежинку».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

69	«Птиц встречаем, в гости приглашаем» (Дошкольник Белогорья)	В игровых упражнениях закрепить основные виды движений.	
70	Лазание под дугу. Ходьба по доске.	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии.	
71	Игровые упражнения с мячом; бросание снежков.	Повторить игровые упражнения с мячом – бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками; бросание снежков правой и левой рукой, катание мяча по дорожке. П/и «Поезд».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
72	«У медведя во бору» (Дошкольник Белогорья)	Совершенствовать навык ходьбы с высоким подниманием колен, «змейкой», бега.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
73	Прыжки между предметами змейкой.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	
74	Игровые упражнения в прыжках, метание вдаль.	Повторить технику прыжка в упражнении «Допрыгай до предмета», метание в даль – бросание мячей вдаль:	
75	«Кошки-мышки» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить в игровой форме основные виды движений.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

			их в самостоятельной двигательной деятельности.
76	Прыжки в длину с места.	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	
77	Игровые упражнения в равновесии, ползании.	Развивать равновесие в упражнениях- ходьба по шнуру, по скамейке – «Воробышки и кот». Повторить ползание в упражнении» Доползи по мостику».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
78	«Мячи-Колобки» (Дошкольник Белогорья).	Формировать элементарные действия с мячом (катание, подбрасывание мяча), совершенствовать технику ходьбы и бега.	
79	Бросание мяча о пол и ловля его руками.	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловля его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	
80	Ходьба и бег по сигналу воспитателя.	Закреплять прыжки с высоты; повторить игры с мячом; игры с лазанием.	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
81	«Лови-бросай, падай-не давай!» (Дошкольник	Продолжить формировать элементарные действия с мячом (бросок двумя руками	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	Белогорья).	из-за головы, прокатывание вперед, подбрасывание и ловля).	
82	Ходьба по гимнастической скамейке (высота 25 см.), свободно балансируя руками.	Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. Повторить упражнения в лазании; в развитии ловкости; закрепить прыжки на двух ногах.	
83	Игровые упражнения в лазании и равновесии.	Игра «Автомобили», Подвижная игра «По ровненькой дорожке».	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
84	«Мой веселый звонкий мяч» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить формировать элементарные действия с мячом (бросок двумя руками из-за головы, прокатывание вперед, подбрасывание и ловля, передача мяча друг друга).	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
85	Равновесие. Прыжки.	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
86	Ползание. Прыжки.	Повторить ползание под шнур (высота 50 см); перепрыгивание через шнур («ручек», «канавку»). П/и «Найди свой цвет».	
87	«Давайте поиграем» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать умение попадать мячом в неподвижную горизонтальную цель, бросать и ловить мяч в ограниченном пространстве, совершенствовать технику ходьбы и бега.	
88	Прыжки из круга в круг с приземлением на полусогнутые ноги.	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом. Продолжать упражнять в равновесии в упражнениях с перешагиванием; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	красоте и чистоте тела.
89	Игровые упражнения на равновесие. Прокатывание мяча.	Повторить ходьбу по скамейке, перешагивая через шнуры; развивать ловкость и глазомер в прокатывании мяча между предметами и в прямом направлении.	
90	«Маленькие мячики» (Дошкольник Белогорья)	Закрепить умение закатывать маленький мяч в обруч с помощью дощечки, бросать маленький мяч одной рукой снизу, передавать его по кругу.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
91	Бросание мяча вверх и ловля его руками.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
92	Игровые упражнения в прыжках, метании.	Закреплять упражнение в прыжках (прыжки через шнуры); прокатывании мяча в ворота. П/и «Мы топаем ногами».	
93	«Непослушные мячи» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить умение ударять мяч о стенку и ловить его двумя руками, бросать мяч вдаль, совершенствовать технику ходьбы и бега.	
94	Ползание. Равновесие.	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
95	Игровые упражнения в ползании, прыжках.	Закреплять прыжки на двух ногах; прыжки с продвижением вперед; повторить лазание под дугу	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		(высота 50 см), ползание на четвереньках в прямом направлении. П/и «Наседка и цыплята».	
96	«Солнечные зайчики-прыгают как мячики» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить формирование элементарных действий с мячом.	
97	Ходьба по гимнастической скамейке (высота 30 см.).	Упражнять в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
98	Игровые упражнения с мячом.	Повторить ходьбу по гимнастической скамейке. Закреплять игровые упражнения с мячом (бросание мяча вдаль из-за головы двумя руками, катание мяча по дорожке). П/и «Ловишки».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр
99	«Поиграем с мячом» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить в игровой форме основные виды движений	
100	Прыжки. Прокатывание мяча.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	
101	Игровые упражнения с мячом.	Закреплять прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. Повторить катание мяча в парах; «Прокати в ворота». П/и «Мой веселый, звонкий мяч».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
102	«Ловкие воланчики» (Дошкольник Белогорья).	Формировать начальные представления о бадминтоне. Познакомить с элементами игры в бадминтон. Упражнять в ловле, метании волана на дальность, упражнять в равновесии, развивать умения самостоятельно выполнять простейшие построения и	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		перестроения.	самостоятельной двигательной деятельности.
103	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх, и ловля его; повторить ползание по гимнастической скамейке.	
104	Игровые упражнения с мячом.	Закреплять игровые упражнения с мячом (прокатывание мячей друг другу на расстоянии 2 м; бросание мяча о землю; бросание мяча в горизонтальную цель). П/и «Воробышки и кот».	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
105	«Путешествие по цветным дорожкам» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить знакомить с действиями с воланом.	
106	Лазание под дугу.	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии. Закреплять игровые упражнения в равновесии.	
107	Игровые упражнения с мячом.	Повторить игровые упражнения с мячом (прокатывание между предметами; в прямом направлении, «Прокати и догони»). П/и «По ровненькой дорожке».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
108	«Ловкие ребята» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить знакомить с действиями с воланом.	

«Физическое развитие» в средней группе (от 4 до 5 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представления о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов и других полезных продуктов.

Формировать представления о необходимых человеку полезных веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье», «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершенным 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 ко взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура.

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной активности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить 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 учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: выносливость, гибкость, ловкость и др.

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.

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 знакомых играх.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений в средней группе (от 4 до 5 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону

(направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), враспынную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

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

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

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя

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

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

Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полу ёлочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

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

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

Подвижные игры

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

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

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

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

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

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

Перспективное годовое планирование непосредственной образовательной деятельности

Средняя группа

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

№ п/п	Тема занятия	Программное содержание	Совместная деятельность воспитателя с учетом рабочей программы воспитания
1	Упражнения в равновесии. Прыжки.	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	
2	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кубика (кегли).	Упражнять в ходьбе между двумя линиями (ширина 20 см); развивать ловкость, координацию движений в прыжках на двух ногах с продвижением вперед.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
3	«В гости в деревню» (Дошкольник Белогорья)	Совершенствование навыков лазания по гимнастической стене, подлезание под веревку.	
4	Подпрыгивание вверх и приземление на полусогнутые ноги.	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при продвижении вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	
5	Прокатывание мячей друг другу. Прыжки.	Упражнять в прыжках на двух ногах – «Достань до предмета»; развивать ловкость в прокатывании мячей друг другу; повторить ползание по прямой (расстояние 5 м) двумя шеренгами.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
6	«На прогулку в лес пойдем» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику ходьбы, бега, прыжков.	
7	Ходьба в колонне по одному по дорожке (ширина 20 см.), чередуя с бегом враспынную по	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную (повторить 2 раза в чередовании); упражнять в прокатывании	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	сигналу.	мяча, лазанье под шнур. П/и «Огуречик, огуречик...».	
8	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Упражнять в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками (10-12 раз); учить формироваться при лазанье под дугу; повторить прыжки на двух ногах между кубиками П/и «Огуречик, огуречик...»	
9	«Мы – ребята смелые, ловкие, умелые» (Дошкольник Белогорья).	В игровых упражнениях закрепить основные виды движения- ходьбу, бег, ползание на низких четвереньках.	
10	Лазание под шнур, сгруппировавшись «в комочек».	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. П/и «У медведя во бору».	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
11	Лазание под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени.	Упражнять в ходьбе по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики; разучить лазание под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени; повторить прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед(дистанция 3м).	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
12	«Путешествие по городу» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить в игровой форме основные виды движения (ходьба, бег, упражнения в равновесии).	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
13	Ходьба по гимнастической скамейке.	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		вперёд. П/и «Кот и мыши».	
14	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.	Учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (3-4 раза); упражнять в прыжках на двух ногах до ориентира (дистанция 4 м).	
15	«Цветные городки»	Закрепить умения в построении простейших городишных фигур (забор, бочка, самолет, стрела), в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности
16	Прыжки. Прокатывание мячей.	Учить детей находить своё 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.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
17	Прыжки из обруча в обруч; прокатывание мяча между 4-5 предметами.	Упражнять в прыжках на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат на расстоянии 0.25 м один от другого) поточным способом (3-4 раза); развивать ловкость и глазомер в прокатывании мяча между 4-5 предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 1м друг от друга.	
18	«Дружные ребята»	Закрепить знания о площадке для игры, инвентаря для игры (городки, биты), повторить название и построение фигур, формировать технику правильного броска биты (способ- прямой рукой сбоку, от плеча), совершенствование основных видов движений:	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	их в самостоятельной двигательной деятельности.
19	Лазание под шнур, не касаясь руками пола.	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. П/и «У медведя во бору».	
20	Прыжки на ногах через 4-5 линий.	Упражнять в лазании под дугу (4-5 дуг) двумя колоннами поточным способом (3-4 раза); развивать ловкость, координацию движений в прыжках на двух ногах через 4-5 линий (3-4 раза).	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
21	«Быстрые биты» (Дошкольник Белогорья).	Повторить названия и построение фигур, формировать технику правильного броска биты (способ- прямой рукой сбоку, от плеча), совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
22	Ходьба по доске (ширина 15 см.) с перешагиванием через кубики.	Упражнять в ходьбе и беге в колонну по одному, в ходьбе и беге враспынную; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
23	Прокатывание мяча по дорожке (ширина 25 см.) в прямом направлении.	Упражнять в прокатывании мяча по дорожке (ширина 25 см) в прямом направлении; учить группироваться в лазании под шнур, натянутый на высоте 40 см, с мячом в руках.	
24	«Неразлучные друзья-биты и городки» (Дошкольник Белогорья).	Повторить названия и построение фигур, формировать технику правильного броска биты (способ- прямой рукой сбоку,	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		от плеча), совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
25	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	
26	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с мешочком на голове (3-4 раза); повторить прыжки на двух ногах через 5-6 линий (дистанция 3 м, 3-4 раза); развивать ловкость и координацию движений при бросании мяча вверх и ловле его двумя руками (5-6 раз подряд в произвольном темпе).	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
27	«Подарки» (Дошкольник Белогорья)	Совершенствовать технику бега, метание в даль.	
28	Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров).	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
29	Прыжки на двух ногах продвигаясь между предметами.	Учить энергичному отталкиванию от пола и взмаху рук в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами; развивать ловкость в перебрасывании мяча друг другу (стоя в шеренгах на расстоянии 1,5 м) двумя руками снизу.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
30	«Зайки-попрыгайки!» (Дошкольник	Совершенствовать технику метания в цель, умения действовать по сигналу	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	Белогорья).	взрослого.	
31	Броски мяча о землю и ловля его двумя руками после отскока.	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю, и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
32	Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни.	Учить ползанию с опорой на ладони и ступни – «как медвежата» в шеренгах в прямом направлении. (дистанция 3 м); развивать быстроту, ловкость, координацию движений при бросании мяча о пол одной рукой и ловле его двумя руками после отскока (10-12 раз); повторить прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. Дистанция 3 м.	
33	«В гостях у белочки и зайчика» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания, упражняться в прыжках на двух ногах.	
34	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задания на сохранение устойчивого равновесия.	
35	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом.	Учить ходить по гимнастической скамейке боком приставным шагом; развивать силу и ловкость при ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза).	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

36	«Веселые медвежата» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания в цель.	
37	Ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.	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.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
38	Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, положенных на расстоянии 40 см. друг от друга.	Разучить прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, положенных на расстоянии 40см; развивать равновесие, в ходьбе по шнуру, положенному по кругу (спину и голову держать прямо и соблюдать дистанцию друг от друга); упражнять в прокатывании мяча между 4-5 предметами, подталкивая его двумя руками снизу и не отпуская далеко от себя (расстояние между предметами 1 м).	
39	«Трус- не играет в хоккей» (Дошкольник Белогорья).	Познакомить детей со стойкой хоккеиста, расширить круг представлений о действиях с клюшкой и шайбой. Учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, забивать шайбу с места в ворота, закрепить передачу шайбы в паре.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности .
40	Перестроение в пары на месте.	Упражнять детей в перестроение в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги;	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	
41	Прыжки со скамейки.	Упражнять в прыжках со скамейки (высота 25 см), в беге по дорожке (ширина 20 см); повторить прокатывание мячей между предметами.	
42	«Вперед, друзья, точнее передачи» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, забивать шайбу с места в ворота, закрепить передачи шайбы в паре. Обогащать двигательный опыт детей, ориентируясь на индивидуальные особенности и возможности.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
43	Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1,5 м. двумя руками снизу.	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. П/и «Зайцы и волк».	
44	Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м. двумя руками из-за головы.	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
45	«Поглядите-ка, друзья, хоккеист известный я!» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить вести шайбу, не отрывая клюшку от нее, забивать шайбу с места в ворота, закрепить передачи шайбы в паре.	
46	Ползание по гимнастической скамейке на животе.	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнения в равновесии.	
47	Ходьба по гимнастической	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в	Содействие развитию двигательных

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	скамейке, руки в стороны.	ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на четвереньках с опорой на ладони и колени; повторить ходьбу по гимнастической скамейке, прыжки на двух ногах до обруча.	способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
48	«Здравствуй, январь- нас на санках покатай» (Дошкольник Белогорья)	Продолжать учить технике управления санками.	
49	Ходьба по канату.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
50	Прыжки на двух ногах, перепрыгивание через канат справа и слева, продвигаясь вперед.	Упражнять в равновесии при ходьбе по канату, носки на канате, пятки на полу, руки за головой; развивать ловкость при прыжках на двух ногах через канат справа и слева, продвигаясь вперед, помогая взмахом рук, повторить подбрасывание мяча вверх с ловлей его двумя руками, произвольно.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
51	«Санки, саночки» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить умение передвигаться с санками без наталкивания друг на друга, упражнять в быстром реагировании на сигнал.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
52	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего.	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	
53	Отбивание малого мяча одной рукой об пол.	Упражнять в отбивании малого мяча одной рукой о пол 3-4 раза подряд и ловле его двумя руками; Развивать ловкость и глазомер в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед; повторить ходьбу на носках	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		между предметами, поставленными в один ряд.	
54	«Зимушка-зима санки детям принесла!» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить правильно выполнять управление санками, правильно выполнять игровые задания.	
55	Отбивание мяча о пол.	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
56	Прокатывание мячей в парах.	Упражнять в прокатывании мячей в парах с расстояния 2.5 м (8-10 раз); развивать силу и ловкость в ползании в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи») на расстоянии 3 м (2 раза); повторить прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед (дистанция 3 м, повторить 2 раза).	
57	«Спорт –мой самый лучший друг, удивляю всех вокруг!» (Дошкольник Белогорья).	Формировать начальные представления о лыжных видах спорта, продолжать учить детей ходить на лыжах, уверенно стоять на них.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
58	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур.	
59	Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом.	Упражнять в лазании под шнур, не касаясь руками пола, прямо и боком; развивать умение держать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком, приставным шагом; повторить прыжки на двух ногах между 4-5 предметами,	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		поставленными в ряд.	
60	«У нас спортивная игра - на лыжи встала детвора!» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить детей ходить на лыжах, уверенно стоять на них, разучит стойку лыжника, формировать технику выполнения передвижения на лыжах ступающим шагом, учить выполнять повороты переступанием.	Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.
61	Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задания в прыжках.	
62	Ходьба с перешагиванием через кубики.	Упражнять в ходьбе с перешагиванием кубиков; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через шнур; повторить перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
63	«Стартуем вместе» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить детей ходить на лыжах, уверенно стоять на них, разучит стойку лыжника, формировать технику выполнения передвижения на лыжах ступающим шагом, продолжать учить спускаться в средней стойке с невысоких горок, подниматься на горку ступающим шагом.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
64	Ходьба и бег между предметами.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, развивать равновесие; повторить задания в прыжках.	
65	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Упражнять в прыжках на двух ногах через кубики; развивать силу и ловкость в ползании по гимнастической скамейке; повторить перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
66	«Лови-бросай, падать не давай!» (Дошкольник	Продолжить формировать элементарные действия с мячом (бросок двумя руками	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	Белогорья).	из-за головы, прокатывание вперед, подбрасывание и ловле мяча).	
67	Прыжки из обруча в обруч 5-6 шт. на двух ногах.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	
68	Прыжки на двух ногах через 5-6 коротких шнуров.	Упражнять в прыжках на двух ногах через 5-6 коротких шнуров, лежащих на полу на расстоянии 0.5м; развивать ловкость в прокатывании мячей друг другу (расстояние 2.5м) в шеренгах. Способ – стойка на коленях (1-12 раз); повторить ходьбу на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
69	«Мячи-Колобки» (Дошкольник Белогорья).	Формировать элементарные действия с мячом (подбрасывание, катание), совершенствовать технику бега и ходьбы.	
70	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в метании мешочков в вертикальную цель; закреплять навык ползания на четвереньках.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
71	Метание мешочков в вертикальную цель (диаметр 50 см.) одной рукой.	Упражнять в метании мешочков в вертикальную цель; развивать ловкость в ползании по гимнастической скамейке; повторить прыжки на двух ногах между предметами.	
72	«Давайте поиграем» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать умение попадать мячом в неподвижную цель, бросать и ловить мяч в ограниченном пространстве, совершенствовать технику бега и ходьбы.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

73	Ходьба, перешагивая через набивные мешки.	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
74	Ползание по гимнастической скамейке «по-медвежьи».	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни - «по-медвежачьи»; развивать устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке боком, приставным шагом; повторить прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
75	«Мой веселый звонкий мяч» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить формировать элементарные действия с мячом (бросок двумя руками из-за головы через веревку, прокатывание по мостику, передача друг другу), совершенствовать технику бега и ходьбы.	
76	Ходьба и бег с изменением направления.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	
77	Ходьба и бег по наклонной доске.	Упражнять в равновесии при ходьбе и беге по наклонной доске (3-4 раза); Развивать ловкость в прыжках через короткую скакалку.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
78	«Непослушные мячи» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить умения ударять мяч о стенку и ловить его двумя руками, бросать мяч вдаль, совершенствовать технику бега и ходьбы.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
79	Прыжки в длину с места.	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мяча через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

80	Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы (расстояние 2м.) и ловля мяча после отскока.	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; развивать ловкость в перебрасывании мяча через шнур; повторить прокатывание мяча сидя, ноги врозь.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
81	<i>«Маленькие мячики»</i>	Закрепить умение закатывать маленький мяч в обруч с помощью дощечки, бросать маленький мяч одной рукой, подавать его по кругу.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
82	Прокатывание мяча между предметами.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
83	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.	Упражнять детей в беге на выносливость, прокатывании мячей; развивать силу и ловкость в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине; повторить ходьбу по скамейке с мешочком на голове.	
84	«Поиграем с мячами».	Закрепить в игровой форме технику выполнения разнообразных действий с мячом, основные виды движения: ходьбу, бег.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
85	Ползание по гимнастической скамейке. Прыжки.	Упражнять детей в беге враспынную; с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	
86	Лазание по гимнастической	Упражнять в лазании по гимнастической стенке;	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	стенке.	развивать ловкость и координацию движений в ходьбе по доске, лежащей на полу, на носках, руки на пояс; повторить прыжки на двух ногах через шнуры.	
87	«Солнечные зайчики-прыгают как зайчики» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить формировать элементарные действия с мячом (катание, бросание).	
88	Прыжки на двух ногах через препятствия.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге в рассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
89	Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.	Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние до цели 2.5 м); развивать устойчивое равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове; повторить прыжки на двух ногах через 5-ти шнуров.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости
90	«Неразлучные друзья» (Дошкольник Белогорья).	Формировать потребность в двигательной активности, познакомить с инвентарем для игры в бадминтон-ракеткой, учить правильно держать и передавать ракетку. Упражнять в точности броска, в равновесии.	
91	Прыжки в длину с места.	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге в рассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

92	Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5 м. способом от плеча.	Закрепить прыжки в длину с места – «Кто дальше прыгнет»; развивать меткость в метании мячей в вертикальную цель с расстояния 1.5 м способом от плеча; повторить отбивание мяча одной рукой.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ элементов спортивных игр.
93	«Веселые лошадки» (Дошкольник Белогорья).	Формировать двигательный опыт, продолжить знакомит с действиями с воланом и ракеткой. Учить уверенно выполнять основные элементы спортивных упражнений.	
94	Метание мешочков на дальность.	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
95	Ползание по гимнастической скамейке «по-медвежьи».	Закреплять метание мешочков на дальность; развивать ловкость в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежачьи»); повторить прыжки на двух ногах (дистанция 3 м).	
96	«Дружные ребята» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить знакомство с игрой в бадминтон, продолжить учить держать ракетку.	
97	Ходьба по доске, приставляя пятку одной ноги к носку другой; прыжки из обруча в обруч.	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
98	Равновесие. Прыжки.	Формировать устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом; повторить прыжки на двух ногах между предметами.	
99	«Веселые ребята» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить знакомство с действиями с воланом и ракеткой.	Формирование устойчивого интереса к элементами спорта,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

			спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
100	Ходьба и бег парами. Перестроение в три колонны.	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	
101	Прокатывание мяча между кубиками «змейкой».	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; закреплять прыжки в длину с места через шнуры; развивать ловкость в прокатывании мяча.	
102	«Веселое путешествие» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить построение в круг, в два круга, перешагивание через предметы.	
103	Ходьба со сменой ведущего.	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
104	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте.	Упражнять детей в прыжках через короткую скакалку; в метании мешочков на дальность (правой и левой рукой).	
105	«Разноцветные косички» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить прыжки через предметы, ходьбу по ограниченной поверхности, подлезание правым-левым боком.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
106	Метание в вертикальную цель. Ползание.	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

107	Равновесие. Прыжки на двух ногах.	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	
108	«Скакалочка-превращалочка» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить прыжки через короткую скакалку, прыжки через предметы, расположенные на расстоянии 30 см, совершенствовать ходьбу «змейкой» между предметов, ходьбу по ограниченной поверхности приставным шагом.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.

«Физическое развитие» в старшей группе (от 5 до 6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

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 здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья и факторах, разрушающих здоровье).

Формировать представление 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 больными (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 физической культурой и спортом.

Знакомить доступными сведениями из истории олимпийского движения.

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

Физическая культура. 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 бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазить по гимнастической стенке, меняя темп.

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, сохраняя равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести во время ходьбы.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой. 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 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.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений в старшей группе (от 5 до 6 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

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

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

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую

скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

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

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

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх).

Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

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

Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1–2 км.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки».

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо.

Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

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

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

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

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении.

Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

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

Подвижные игры

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

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

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

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

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

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

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

Перспективное годовое планирование непосредственной образовательной деятельности

Старшая группа

№	Тема занятия	Программное содержание	Совместная деятельность воспитателя с учетом рабочей программы воспитания
1	Ходьба и бег в колонне по одному, в беге враспынную.	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением в вперед и перебрасывании мяча.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

2	Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки на двух ногах, броски мяча о пол между шеренгами.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием; развивать ловкость и глазомер в прыжках, повторить броски мяча о пол между шеренгами одной рукой.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
3	«Затейники" (Дошкольник Белогорья).	Закрепить навыки основных движений- ходьбы, бега, прыжков.	
4	Ходьба на носках, развитие координации движений в прыжках в высоту.	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
5	Прыжки в высоту с места, бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	Повторить ходьбу между предметами, в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнять в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
6	«Карусели» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять детей в построении в круге, хороводных движениях, в беге в различных направлениях и построении парами.	
7	Ходьба с высоким подниманием колен, в непрерывном беге.	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 мин., в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони.	
8	Перебрасывание мяча друг другу на расстоянии.	Повторить бег, продолжительностью до 1 мин., перебрасывание мяча; Развивать ловкость и координацию движений в ползании по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
9	«Птичий базар»	Развивать у детей умение	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	(Дошкольник Белогорья).	вместе выполнять основные движения: ходьбу, бег в разном темпе, прыжки на двух ногах, развивать выполнять движения по сигналу.	
10	Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя.	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить про лазание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
11	Пролезание в обруч прямо и боком в группировке, прыжки на двух ногах	Повторить ползание в обруч прямо и боком в группировке (5-6 раз); развивать ловкость в ходьбе, перешагивая кубики; закрепить прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	
12	«Четыре стихии» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять в ходьбе, беге, прыжках на двух ногах, развивать умение действовать по сигналу.	
13	Бег с продолжительностью до 1 минуты: в ходьбе приставным шагом.	Упражнять в беге до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
14	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Закреплять навык ходьбы по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, перешагивая через кубики; повторять прыжки с ними; повторить прыжки на двух ногах через шнуры.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
15	«Пять друзей» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить знания об игре в городки, расширить знания о городишных фигурах, совершенствовать умение принимать правильную стойку городишника, действовать с битой, способам броска на дальность, в цель, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		силы, глазомера, координационных способностей.	
16	Ходьба в колонне по одному, повороты по сигналу воспитателя.	Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с препятствиями; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
17	Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.	Повторить прыжки со скамейки на полусогнутые ноги (8-9 раз); развивать силу и ловкость в ползании на четвереньках; упражнять в перебрасывании мяча, стоя в шеренгах, двумя руками от груди.	
18	«Вместе весело играть» (Дошкольник Белогорья).	Формировать первичные представления о социокультурных ценностях нашего народа, совершенствовать знания об игре в городки, расширить знания о городишных фигурах, совершенствовать умение принимать правильную стойку городишника, действовать с битой, способам броска на дальность, в цель, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	
19	Ходьба с изменением темпа движений.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	двигательными действиями.
20	Метание мяча в горизонтальную цель.	Продолжать упражнять в метании мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой с расстояния 2.5 м, Повторить ползание и ходьбу по гимнастической скамейке боком, приставным шагом.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
21	«Спортсмены-городишники» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить ознакомление школьников с правилами безопасной игры, закрепить умения действовать с битой (прицел, бросок), отрабатывать навык броска биты на дальность, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	
22	Ходьба парами, лазание в обруч.	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости
23	Ползание на четвереньках с преодолением препятствий через скамейку.	Упражнять в ползании на четвереньках с преодолением препятствий (через гимнастическую скамейку); развивать ориентацию в пространстве, ловкость в ходьбе по гимн скамейке.	
24	«Поможем Мишутке» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать обучать командной игре по правилам, добиваться конечного результата, формировать самостоятельность, умение сосредоточиться на поставленной цели, чувство уверенности в своих силах, закрепить умения действовать с битой (прицел, бросок), отрабатывать навык	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		броска биты на дальность, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	
25	Ходьба по гимнастической скамейке.	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнять в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывании мячей в шеренгах.	
26	Равновесие. Прыжки.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, перекладывая мяч из одной руки в другую перед собой и за спиной на каждый шаг; развивать ловкость и ориентацию в пространстве в прыжках в прямом направлении на правой и левой ноге попеременно; повторить перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы, стоя в шеренгах на расстоянии 3 м.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
27	«Шишкины забавы» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания в цель.	
28	Ходьба с изменением направления движения.	Упражнять в ходьбе с изменением направления, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
29	Прыжки на правой и левой ноге попеременно.	Продолжать упражнять в прыжках на правой и левой ноге попеременно (расстояние 4 метра); развивать ловкость в ползании на четвереньках, подталкивая мяч головой (вес мяча 0,5 кг); повторить ведение мяча в ходьбе.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

30	«Порядок и беспорядок» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику ходьбы, бега.	
31	Ходьба с изменением темпа движения.	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	
32	Ведение мяча в ходьбе.	Упражнять введении мяча в ходьбе (баскетбольный вариант) на расстояние 6 м, 2-3 раза; развивать силу в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени; повторить ходьбу на носках, руки за головой, между предметами.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
33	«Шишки, желуди, каштаны» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания в цель.	
34	Подлезание под шнур (высота 40см) боком, не касаясь руками пола.	Повторить ходьбу с выполнением заданий по сигналу воспитателя, упражнять в равновесии и прыжках.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
35	Подлезание под шнур прямо и боком.	Учить группироваться при подлезании под шнур прямо и боком; развивать ориентировку в пространстве в прыжках на правой и левой ноге попеременно; упражнять в ходьбе между предметами на носках, руки за головой.	
36	«Шишки собираем- с ними мы играем» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять в разных способах метания.	
37	Бег с сохранением дистанции друг от друга.	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

38	Ходьба по наклонной доске.	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, положенные на расстоянии двух шагов ребенка; развивать ловкость и ориентировку в пространстве в прыжках на двух ногах, между набивными мячами; повторить переброску мячей друг другу в парах произвольным способом.	
39	«Веселая игра-хоккей» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать знакомить детей с увлекательной игрой «Хоккей» и ее элементами, вызвать желание играть в хоккей.	
40	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки.	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; упражнять в ползании и переброске мяча.	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
41	Прыжки попеременно на правой и левой ноге.	Упражнять в прыжках попеременно на правой и левой ноге на расстоянии 5м; повторить ползание по прямой, подталкивая мяч головой (расстояние 3-4 м); развивать меткость в прокатывании мяча.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
42	«Хоккей-попробуй гол забей» (Дошкольник Белогорья).	Продолжать учить действовать с клюшкой и шайбой.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

43	Ходьба и бег враспынную.	Упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
44	Перебрасывание мячей друг другу двумя руками	Продолжать упражнять в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	
45	«Спорт под названием «Хоккей» (Дошкольник Белогорья).	Формировать навыки взаимодействия при выполнении различных упражнений – заданий с клюшкой и шайбой.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
46	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки.	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазании на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	
47	Лазанье по гимнастической стенке.	Упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек (2-3 раза); развивать устойчивое равновесие в ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; повторить прыжки на двух ногах между предметами.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
48	«Зимний фоторепортаж» (Дошкольник Белогорья).	Обогащать двигательный опыт разнообразными способами перемещения с санками.	
49	Ходьба и бег между предметами.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	выносливости.
50	Прыжки на двух ногах между предметами.	Продолжать упражнять детей в прыжках на двух ногах между кубиками (расстояние 40 см), дистанция 4 м; повторить перебрасывание мячей друг другу в шеренгах (двумя руками от груди), расстояние между шеренгами 2,5 м.	
51	«Наступает январь, санки доставай» (Дошкольник Белогорья).	Обогащать двигательный опыт в одиночном катании по ровной поверхности, в катании друг друга.	
52	Прыжки в длину с места.	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
53	Прыжки в длину с места.	Повторить прыжок в длину с места; упражнять в переползании через гимнастическую скамейку и лодлезании под дугу в группировке; перебрасывании мячей друг другу, двумя руками снизу, расстояние между детьми 2.5м.	
54	«В санках с горочки катись, крепче в саночках держись» (Дошкольник Белогорья).	Обогащать двигательный опыт.	
55	Перебрасывание мячей друг другу (двумя руками от груди).	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задания в равновесии.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
56	Перебрасывание мячей	Учить перебрасыванию мяча друг другу и ловле его после отскока о пол; упражнять в пролезании в обруч правым и	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		левым боком, не касаясь руками пола; повторить ходьбу с перешагиванием через кубики с мешочком на голове, руки в стороны.	гибкости, силы, выносливости
57	«Встаем на лыжи!» (Дошкольник Белогорья).	Развивать чувство «лыж», «чувство снега», ориентировку в пространстве, совершенствовать функции равновесия.	
58	Перестроение в колонну по одному.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазании на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	
59	Прыжки через шнуры.	Упражнять в прыжках через шнуры (6-8 штук) на двух ногах без паузы; расстояние между шнурами 50 см; совершенствовать навык ведения мяча; повторить лазание на гимнастическую стенку и ходьбу по гимнастической скамейке, руки за головой.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
60	«Две курносые подружки» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить развивать чувство «лыж», «чувство снега», ориентировку в пространстве, совершенствовать функции равновесия, умения передвигаться в определенном направлении, не мешая друг другу, упражнять в перекрестной координации рук и ног.	
61	Ходьба и бег враспынную.	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
62	Прыжки через бруски	Упражнять в прыжках через бруски правым и левым	Содействие развитию двигательных

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		бокком; в забрасывании мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант); формировать устойчивое равновесие в беге по гимнастической скамейке.	способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
63	«Мы выбираем лыжи!» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять в устойчивом равновесии, координации, умении стабилизировать темп движения, преодолевать препятствия на пути, закрепить умения овладевать правильным двигательным навыком: ступающим шагом, скользящим шагом в быстром темпе.	
64	Прыжки в длину с места.	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
65	Ползание на четвереньках между предметами.	Упражнять в прыжках в длину с места (расстояние 60 см); развивать ориентацию в ползании на четвереньках между кубиками; повторить перебрасывание мяча одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками в шеренгах на дистанции 2м.	
66	«Народные игры Белгородчины» (Дошкольник Белогорья).	Познакомить детей с народными играми Белгородчины.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
67	Метание в вертикальную цель.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		неё.	
68	Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой с расстояния 3м.	Упражнять в метании мешочков в вертикальную цель правой и левой рукой, развивая меткость и глазомер; развивать устойчивое равновесие в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине «Проползи – не урони»; повторить ходьбу на носках между кеглями, поставленными в один ряд (расстояние 30 см), прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние 50 см).	
69	«Народные игры Белгородчины» (Дошкольник Белогорья).	Приобщить к народному творчеству.	Формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
70	Построение в колонну по одному, перестроение в круг.	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания с мячом и в прыжках.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
71	Игровые упражнения с мячом.	Развивать навык владения мячом в игровых упражнениях, бросании мяча вверх; упражнять в беге и прыжках; повторить лазание на гимнастическую стенку и ходьбу по гимнастической скамейке.	
72	«Народные игры Белгородчины» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить знакомство с традициями родного края, обогащать опыт детей Белгородскими народными подвижными играми.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

73	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному.	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	
74	Ходьба колонной по одному, с поворотом в другую сторону.	Упражнять в ходьбе колонной по одному с поворотом в другую сторону; развивать устойчивое равновесие в ходьбе по канату боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс; повторить прыжки на двух ногах через кубики, положенные в один ряд; переброску мяча.	
75	«Народные игры Белгородчины».	Продолжить знакомство с традициями родного края, обогащать опыт детей Белгородскими народными подвижными играми.	
76	Прыжки в высоту с разбега.	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и враспынную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	
77	Ходьба и бег по кругу с изменением направления.	Упражнять в прыжках в высоту с разбега (высота 30 см); развивать меткость в метании мешочков в вертикальную цель (расстояние 3 м), повторить ползание на четвереньках по прямой (дистанция 5м), шеренгами – «Кто быстрее доползет до кегли».	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
78	«Игры с мячом народов России»	Вызвать интерес к играм с мячом, совершенствовать действия с мячом (бросок, ловля, отбивание одной рукой).	Формирование любви к родному краю, родной природе, культурному наследию своего народа.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

79	Ходьба со сменой темпа движения.	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	
80	Ходьба со сменой темпа движения.	Закреплять ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
81	«Лови, бросай, падай не давай» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать действия с мячом (передача в парах, бросок в цель).	
82	Ходьба с перестроением в колонну по два.	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	
83	Ходьба с перестроением в колонну по два.	Продолжать упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два (парами) в движении; в метании в горизонтальную цель; в ползании и равновесии.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
84	«Мячик маленький поймай и весело с ним поиграй» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать действия с малым мячом (подбрасывание вверх одной рукой, ловля двумя руками, бросок о землю одной рукой, поймать двумя руками).	
85	Ходьба и бег по кругу. Равновесие. Прыжки.	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
86	Равновесие. Прыжки.	Продолжать повторять упражнения в ходьбе и беге по кругу; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с передачей мяча, прыжках на двух ногах; повторить броски малого мяча вверх одной рукой.	
87	«Мой веселый звонкий мяч» (Дошкольник	Совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	Белогорья).	игроками.	
88	Прыжки с короткой скакалкой.	Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
89	Прыжки на месте через короткую скакалку.	Упражнять детей в прыжках через скакалку, в длительном беге, развивая выносливость; повторить прокатывание обруча, пролезание в обруч.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
90	«История мячей» (Дошкольник Белогорья).	Обогащать знания детей историей появления и преобразования мяча, его разновидностей и способа использования в играх, формировать действия с мячом (бросание в катящийся обруч, подбрасывание мяча, передача), совершенствовать технику ходьбы, бега, прыжков.	
91	Ходьба и бег с остановкой по сигналу.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	
92	Ходьба и бег колонной по одному с остановкой по сигналу.	Продолжать упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание мешочков в вертикальную цель (правой и левой рукой); упражнять в ходьбе и ползании по гимнастической скамейке, сохраняя устойчивое равновесие.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
93	«Делай, как я».	Формировать первоначальные представления в и умения о спортивных играх и упражнениях, дать возможность осознать физические качества волана.	
94	Ходьба и бег между	Упражнять в ходьбе и беге	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	предметами.	между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	
95	Бег на скорость, построение в шеренгу.	Упражнять в беге на скорость, построению в одну шеренгу; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
96	«Игра для больших и малых» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить учить правильно держать ракетку, разучить игры и способы действий с ракеткой, учить отражать волан ракеткой в паре, упражнять в точности приема и передачи, совершенствовать основные виды движений.	
97	Ходьба и бег с поворотом в другую сторону.	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом. Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
98	Бег на скорость, построение в колонну.	Упражнять детей в беге на скорость, в построении в колонну; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках.	
99	«Будь ловким» (Дошкольник Белогорья).	Формировать умения в спортивных играх и упражнениях, продолжить учить держать ракетку, закрепить действия с воланом.	
100	Прыжки в длину с разбега.	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		перебрасывании мяча.	
101	Прыжки в длину с разбега.	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; упражнять в прыжках в длину с разбега; повторить лазанье под дугой.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
102	«Любимая игра» (Дошкольник Белогорья).	Учить детей подаче волана через сетку, учить правильной стойке при подаче волана. Закрепить действия с воланом и ракеткой.	
103	Ходьба и бег между предметами колонной по одному.	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	
104	Бег на выносливость, построение в колонну по одному.	Упражнять детей в беге на выносливость (1 мин); в построении в одну колонну; продолжать развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
105	«Заглянула в гости к нам скакалка» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить прыжки через короткую скакалку, лазание на высоких четвереньках, совершенствовать прыжки на двух ногах.	
106	Бег на скорость, построение в шеренгу.	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; перестроение в шеренгу; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
107	Ходьба с изменением темпа движения.	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; перестроении в шеренгу; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания),

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		перешагиванием через бруски; прыжки на правой и левой ноге попеременно (дистанция 5м).	коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
108	«Скакалочка-превращалочка» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить прыжки в высоту с разбега, прыжки через короткую скакалку, прыжки в высоту с места, ходьбу по ограниченной поверхности пятку одной ногой приставляя к носку другой.	

«Физическое развитие» подготовительной группе (от 6 до 7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье человека

Физическая культура. Формировать потребность в ежедневной двигательной активности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение сохранять заданный темп в ходьбе и беге.

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

Добиваться активного движения кисти при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенке по диагонали.

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

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статичном и динамичном равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ним.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

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

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координацию 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).

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений в подготовительной группе (от 6 до 7 лет)

Основные движения

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

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

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

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

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3–4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6–8 набивных мячей последовательно

через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

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

Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2–3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

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

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа.

Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития _____ и укрепления мышц брюшного пресса _____ и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: присесть, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); присесть из положения

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

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

Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двушажным ходом (с палками).

Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе.

Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках. Самостоятельно надевать ботинки с коньками.

Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения.

Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

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

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

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

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

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.

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

Подвижные игры

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

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

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

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

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

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

Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

**Перспективное годовое планирование
непосредственной образовательной деятельности**

Подготовительная группа

№ п/п	Тема занятия	Программное содержание	Совместная деятельность воспитателя с учетом рабочей программы воспитания
1	Ходьба и бег в колонне по одному с чередованием с бегом.	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.	
2	Ходьба по гимнастической скамейке боком, перешагивая набивные мячи.	Продолжать 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.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		Развивать точность движений при переброске мяча.	
3	«Карусели» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять детей в ориентировке в пространстве по слуховому восприятию, построении в круг, хороводных движениях, в беге в различном направлении, в построении парами.	
4	Прыжки с доставанием предмета.	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.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
5	Прыжки на двух ногах между предметами, положенными в одну линию (дистанция 6-8 м.).	Упражнять в прыжках на двух ногах между предметами; развивать ловкость в бросании мяча из положения двумя руками снизу; разучивание игрового упражнения «Крокодил».	
6	«Затейники» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить навыки основных движений-ходьбы, бега, прыжков.	
7	Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя руками.	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на пере ползание по гимнастической скамейке.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
8	Бросание мяча.	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге с	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик); развивать ловкость в бросании мяча правой и левой рукой попеременно; развивать координацию движений в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях; повторить упражнение в ходьбе по гимнастической скамейке.	
9	«Четыре стихии» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять в ходьбе, беге, прыжках на двух ногах, развивать умение действовать по сигналу.	
10	Ходьба и ползание по гимнастической скамейке.	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.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
11	Лазанье в обруч, правым и левым боком, стараясь не задеть верхний край обода.	Продолжать упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в лазании в обруч правым и левым боком; в равновесии при ходьбе боком, приставным шагом, перешагивая через предметы. Повторить прыжки на правой и левой ноге через шнуры (расстояние 0.5 м).	
12	«Птичий базар» (Дошкольник Белогорья).	Развивать у детей умение вместе выполнять основные движения: ходьбу, бег в разном темпе, прыжки на двух	Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		ногах, развивать выполнять движения по сигналу.	
13	Ходьба по гимнастической скамейке.	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	
14	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на пояс.	Продолжать закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе; в прыжках на двух ногах; развивать ловкость в перебрасывании мячей парами.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
15	«Пять друзей» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить знания об игре в городки, расширить знания о городишных фигурах, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
16	Прыжки с высоты 40 см. с приземлением на полусогнутые ноги на мат (коврик).	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.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
17	Прыжки с высоты 40 см. с приземлением на полусогнутые ноги на мат (коврик).	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу;	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом. Повторить лазание в обруч на четвереньках, прямо и боком в группировке.	гибкости, силы, выносливости.
18	«Ловкие ребята» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить обучать детей игре в городки по правилам, совершенствовать знания об игре в городки, продолжать знакомство с городишными фигурами, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	
19	Ведение мяча по прямой (баскетбольный вариант).	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
20	Ведение мяча между предметами.	Продолжать упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании на четвереньках по прямой; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по рейке гимнастической скамейки.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

21	«Спортсмены-городишники» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить ознакомление школьников с правилами безопасной игры, закрепить умения действовать с битой (прицел, бросок), отрабатывать навык броска биты на дальность, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных способностей.	
22	Ходьба со сменой темпа движений.	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
23	Ползание на четвереньках с мешочком на спине.	Продолжать закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине; повторить прыжки на двух ногах между предметами; ходьбу по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
24	«Путешествие Городишный город» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить ознакомление школьников с правилами безопасной игры, совершенствование основных видов движений: ходьбы, бега, прыжков, развитие силы, глазомера, координационных	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		способностей.	
25	Ходьба по канату приставным шагом.	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату: упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур: повторить эстафету с мячом.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела .
26	Прыжки на правой и левой ноге продвигаясь вперед вдоль каната, руки произвольно.	Продолжать закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату: упражнять в энергичном отталкивании в прыжках на правой и левой ноге, продвигаясь вперед вдоль каната. Повторить броски мяча в корзину двумя руками.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
27	«Шишки, желуди, каштаны» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания в цель.	
28	Прыжки через скакалку, вращая ее вперед.	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.	
29	Прыжки через скакалку, вращая ее вперед.	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; в прыжках через короткую скакалку; ползании в прямом направлении на четвереньках, подталкивая мяч головой. Повторить передачу мяча в шеренгах.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
30	«Шишки собираем- с ними мы играем» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять в разных способах метания.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

31	Ведение мяча с продвижением вперед.	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазанье под дугу, в равновесии.	
32	Метание мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4 м.	Продолжать упражнять в ходьбе и беге между предметами; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель с расстояния 3-4м. Повторить ползание «по-медвежьи»; упражнения на равновесие (ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове).	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
33	«Шишкины забавы» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику метания в цель.	
34	Лазание на гимнастическую стенку.	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
35	Лазание на гимнастическую стенку.	Продолжать закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; повторить в лазанье на гимнастическую стенку; повторить упражнения в равновесии, забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
36	«Порядок и беспорядок» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику ходьбы, бега.	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

37	Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи.	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
38	Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий.	Продолжать упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать ловкость в перебрасывании мячей друг другу, стоя в шеренгах. Повторить прыжки на правой и левой ноге вдоль шнура, продвигаясь вперед.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
39	«Шайба, клюшка и хоккей для решительных детей»	Закрепить приобретенные ранее умения и навыки в играх с клюшкой и шайбой.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
40	Прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед (дистанция 6м).	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.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
41	Прокатывание мяча между предметами (5-6 шт., расстояние между предметами 1 м).	Продолжать упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением; в прыжках на ногах между предметами; развивать	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		меткость в прокатывании мяча между предметами; повторить ползание под шнур правым и левым боком, группируясь в «комочек».	
42	«Хоккейные забавы» (Дошкольник Белогорья).	Продолжить учить действовать с клюшкой и шайбой.	Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.
43	Подбрасывание мяча правой и левой рукой и ловля его двумя руками.	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.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
44	Перебрасывание мячей в парах (расстояние между детьми 1,5 м).	Закреплять ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в перебрасывании мячей в парах, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на четвереньках между предметами. Повторить прыжки со скамейки на мат.	
45	«Выходи играть в хоккей!» (Дошкольник Белогорья).	Упражнять в умении вести шайбу разными способами.	
46	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях.	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
47	Прыжки через короткую скакалку продвигаясь вперед (дистанция 10 м).	Закреплять ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в лазании по гимнастической стенке, не пропуская реек;	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		повторить ходьбу с перешагиванием через кубики, прыжки через короткую скакалку, продвигаясь вперед.	
48	«Зимушка-зима, спортивная пора!» (Дошкольник Белогорья)	Совершенствовать технику катания на санках.	
49	Ходьба по рейке гимнастической скамьи с мешочком на голове, руки произвольно.	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
50	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	Закрепить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, в прыжках на двух ногах из обруча в обруч двумя колоннами. Повторить прокатывание мяча между предметами.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
51	«Движение с увлечением» (Дошкольник Белогорья).	Развивать ловкость, смелость, быстроту, скорость решения в процессе игр и игровых упражнений с санками.	
52	Прыжки в длину с места.	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
53	Бросание мяча о стенку и ловля его после отскока.	Закрепить ходьбу с выполнением заданий для рук; повторить прыжки в длину с места; развивать ловкость в бросании мяча о стенку и ловле его после отскока о пол. Повторить ползание по	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочком на спине.	
54	«На санках» (Дошкольник Белогорья).	Способствовать совершенствованию навыка катания на санках с отталкиванием ногами. Формировать умения самостоятельно применять изученные игровые упражнения с санками.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
55	Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его двумя руками.	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом.	
56	Переброска мячей друг другу с ловлей после отскока от пола.	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в перебрасывании мячей в двух шеренгах. Повторить ползание на ладонях и коленях в прямом направлении, ходьбу на носках между предметами.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
57	«Мы-спортсмены!» (Дошкольник Белогорья).	Закреплять навыки скольжения на лыжах.	
58	Ползание на четвереньках с мешочком на спине.	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
59	Ползание на четвереньках между предметами.	Закрепить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

60	«Палки в руки и на лыжи!» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать умения и навыки в ходьбе на лыжах, используя игровой метод, побуждать детей к самостоятельному использованию знаковых видов и способов закаливания.	
61	Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через набивные мячи (4-5 шт.).	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
62	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки за голову.	Продолжать упражнять в равновесии при ходьбе по рейке гимнастической скамейки, приставляя пятку одной ноги к носку другой; повторить упражнения в прыжках между предметами, игровое упражнение «Мяч по кругу».	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
63	«Ура! Ура! На лыжи, детвора!»	Упражнять в быстром передвижении на лыжах, закреплять навыки поворотов на месте и в движении.	
64	Прыжки-подскоки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед.	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).	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
65	Прыжки на двух ногах между предметами, на правой и левой ноге.	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; учить энергичному взмаху рук в прыжках на двух ногах между	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		предметами, затем на правой и левой ноге; повторить ползание между предметами; перебрасывание мяча друг другу в парах.	
66	«Лови, бросай, падать не давай» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать действия с мячом (передача в парах, бросок в цель).	
67	Метании мешочков.	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазанье на гимнастическую скамейку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
68	Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой.	Продолжать упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой; упражнять в сохранении устойчивого равновесия в ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы. Повторить лазание по гимнастической стенке, перебрасывание мяча в парах.	
69	«Игры с мячом народов России» (Дошкольник Белогорья).	Вызвать интерес к играм с мячом, совершенствовать действия с мячом (бросок и ловля, отбивание одной рукой).	
70	Ходьба и бег враспынную с нахождением своего	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	места.	внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки, лазанье на гимнастическую стенку.	
71	Лазание на гимнастическую стенку с переходом на другой пролет.	Продолжать упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание; в лазании на гимнастическую стенку с правильным хватом рук и постановкой стопы; повторить ходьбу по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Эстафета с мячом «Передал – садись».	
72	«Мой веселый звонкий мяч» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать технику владения мячом во взаимодействии с другими игроками.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
73	Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу.	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.	Формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела.
74	Эстафета с мячом.	Повторить упражнения в равновесии, прыжках на правой и левой ноге, игровое упражнение «Эстафета с мячом».	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникативности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

75	«Мячик маленький поймай и весело с ним поиграй» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать действия с малым мячом (подбрасывание вверх одной рукой, ловля двумя руками, бросок о землю одной рукой, поймать двумя руками).	Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.
76	Ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании, задания с мячом.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
77	Прыжки через шнуры, расположенные вдоль зала по двум сторонам (длина шнура 3 м.)	Продолжать упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках через шнуры, расположенные вдоль зала по двум сторонам, развивать ловкость при перебрасывании мячей в парах. Повторить ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.	
78	«Свойства мячей» (Дошкольник Белогорья).	Обогащать знания о свойствах мячей, учить сравнивать, анализировать, делать выводы, закрепить навык ловли и передачи мяча, добиваться качества их выполнения.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
79	Ходьба с выполнением заданий.	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.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
80	Метание мешочков в горизонтальную цель.	Продолжать упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; закрепить ползание по	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине. Повторить ходьбу между предметами «змейкой» с мешочком на голове.	
81	«История мячей» (Дошкольник Белогорья).	Обогащать знания историей появления и преобразования мяча, его разновидностей, способа использования в играх, формировать действия с мячом (бросание в катящийся обруч, подбрасывание, передача), совершенствовать технику бега, ходьбы и прыжков.	
82	Прыжки на правой и левой ногой между кубиками.	Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; упражнять в лазанье под шнур; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
83	Лазанье под шнур прямо и боком, не задев шнур.	Упражнять в лазании под шнур прямо и боком (высота от пола 40 см); развивать ловкость в эстафете «Передача мяча в шеренге»; повторить прыжки через короткую скакалку на месте и продвигаясь вперед.	Формирование навыков, необходимых для полноценного существования в обществе: эмпатии (сопереживания), коммуникабельности, заботы, ответственности, сотрудничества, умения договариваться, умения соблюдать правила.
84	«Игры народов мира с мячом» (Дошкольник Белогорья).	Совершенствовать навык отбивания мяча на месте и в движении, бросания мяча в стену.	Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.
85	Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной.	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	
86	Переброска мячей	Упражнять в ходьбе по	Формировать у ребенка

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	друг другу в парах.	скамейке боком, приставным шагом с мешочком на голове; повторить прыжки через скакалку на месте и продвигаясь вперед; развивать ловкость в перебрасывании мячей в парах.	привычку следить за своим внешним видом.
87	«Современные спортивные мячи» (Дошкольник Белогорья).	Обогащать знания о различных мячах для спортивных игр, совершенствовать двигательные умения в процессе упражнений и игр с мячом.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
88	Прыжки в длину с разбега.	Повторить упражнения в ходьбе и беге: упражнять детей в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
89	Прыжки в длину с разбега.	Учить энергичному разбегу и приземлению на обе ноги при выполнении прыжка в длину с разбега; развивать ловкость и глазомер в игре «Передал – садись». Повторить лазание под шнур в группировке.	
90	«Волан через сетку» (Дошкольник Белогорья).	Формировать осознанную потребность в двигательной активности, разучить правила игры «бадминтон», разучить способ подачи волана ракеткой, закрепить правильную стойку.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.
91	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по два. Ходьба в колонне.	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
92	Метание мешочков на дальность.	Упражнять в метании мешочков на дальность,	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		повторить ползание на четвереньках между предметами; прыжки через короткую скакалку.	
93	«Подбрось, поймай, падай не давай» (Дошкольник Белогорья)	Формировать осознанную потребность в двигательной активности, разучить правила игры «бадминтон», разучить способ подачи волана ракеткой, закрепить правильную стойку, закрепить умение самостоятельно организовывать спортивные игры.	Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.
94	Игровое задание «По местам».	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.
95	Прыжки через шнуры на правой и левой ноге попеременно (5-8 шнуров).	Упражнять в прыжках через шнуры на правой и левой ноге попеременно; развивать ловкость в перебрасывании мячей в парах; повторить игровое упражнение «Догони пару».	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
96	«Не дай упасть волану» (Дошкольник Белогорья).	Формировать осознанную потребность в двигательной активности, разучить правила игры «бадминтон», разучить способ подачи волана ракеткой, закрепить правильную стойку.	
97	Ходьба по гимнастической скамейке, навстречу друг другу.	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.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
98	Ходьба по гимнастической скамейке.	Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке навстречу друг другу;	

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		развивать ловкость и глазомер при бросании мяча вверх и ловле его двумя руками. Повторить прыжки на двух ногах между предметами в двух шеренгах «Кто быстрее».	
99	«Через сетку»	Продолжить учить играть через сетку.	
100	Прыжки в длину с разбега.	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с разбега; повторить упражнения с мячом.	Содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.
101	Прыжки в длину с разбега.	Продолжать упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, учить энергичному отталкиванию и приземлению на полусогнутые ноги при прыжках в длину с разбега; развивать меткость и глазомер при метании мешочков в вертикальную цель; повторить ходьбу между предметами с мешочком на голове.	
102	«Заглянула в гости к нам скакалка»	Продолжить учить прыжкам через короткую скакалку разными способами, закрепить бег под вращающейся большой скакалкой парами, тройками.	Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.
103	Метание мешочков на дальность.	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.	
104	Метание мешочков на дальность правой и левой рукой.	Упражнять в метании мешочков на дальность правой и левой рукой – «Кто дальше бросит»; упражнять в правильной	Формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		группировке при лазании под шнур прямо и боком; развивать устойчивое равновесие при ходьбе между предметами на носках с мешочком на голове.	
105	«Скакалочка-превращалочка» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить прыжки в высоту с разбега, прыжки через короткую скакалку разными способами, совершенствовать прыжки в высоту с места, ходьбу по ограниченной поверхности пятку одной ноги приставляя к носку другой.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
106	Лазание на гимнастическую стенку.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.	Формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.
107	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	Продолжать упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; развивать ориентацию в пространстве при выполнении прыжков между предметами на правой и левой ноге. Повторить ходьбу с перешагиванием через предметы, боком приставным шагом, с мешочком на голове.	Обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями.

108	«Веселое путешествие» (Дошкольник Белогорья).	Закрепить прыжки через обруч, совершенствовать прыжки через короткую скакалку, ходьбу по ограниченной поверхности пятку одной ноги приставляя к носку другой.	Закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр.
-----	---	---	--

2.2 Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Реализация Программы осуществляется ежедневно:

- в процессе организованной образовательной деятельности с детьми (занятия),
- в ходе режимных моментов,
- в процессе самостоятельной деятельности детей в различных видах детской деятельности,
- в процессе взаимодействия с семьями детей по реализации Программы.

Традиционно различаются три группы **методов** физического развития и воспитания.

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеofilмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

1. *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
2. *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма,

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;

3. *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

1. Разные виды занятий по физической культуре;
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
3. Активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
4. Самостоятельная двигательная деятельность детей;
5. Занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создаёт определённый двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

2.3 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

	Образовательные области	Виды детской деятельности	Формы образовательной деятельности
Физическое развитие	«Физическая культура»	Двигательная Коммуникативная познавательно-исследовательская игровая музыкально-художественная	Подвижные игры игровые упражнения спортивные игры и упражнения двигательная активность на прогулке физкультурные занятия (Игровые, соревновательные, контрольно-диагностические) гимнастика физкультминутки игры-имитации физкультурные досуги и праздники эстафеты соревнования дни здоровья туристические прогулки экскурсии

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

			реализация проектов
	«Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	Двигательная Игровая Продуктивная коммуникативная трудовая познавательная- исследовательская музыкально- художественная чтение художественной литературы.	Игровые упражнения упражнения на развитие мелкой моторики дидактические игры гимнастика после сна закаливающие процедуры двигательная активность на прогулке беседы игровые проблемные ситуации викторины

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Формы и методы оздоровления детей

1.	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим в адаптационный период; • гибкий режим; • организация микроклимата; • определение оптимальной нагрузки.
2.	Организация двигательного движения	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика; • физкультурные занятия; • подвижные игры; • профилактическая гимнастика; • спортивные игры; • прогулки; • гимнастика после дневного сна; • музыкально-ритмические занятия; • оздоровительный бег; • походы; • дозированная ходьба;
3.	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> • умывание; • мытье рук; • игры с водой; • контрастное обливание ног.
4.	Световоздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> • проветривание помещений; • сон при открытых фрамугах; • воздушные ванны; • обеспечение светового режима;
5.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> • развлечения; • праздники; • дни здоровья; • физкультурные досуги.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

6.	Музыкальная терапия	<ul style="list-style-type: none"> • музыкальное сопровождение режимных моментов; • музыкально-театральная деятельность; • пение.
7.	Спецзакаливание	<ul style="list-style-type: none"> • ходьба босиком; • массаж; • дыхательная гимнастика; • обширное умывание; • полоскание зева.
10.	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> • лекций и беседы; • спец занятия; • папки передвижки • уголки здоровья в группах • спортивные уголки в группах

2.4 Способы поддержки и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- не директивную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

2.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Одним из важных условий реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения.

Основные задачи работы с родителями

- установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника;
- объединить усилия для развития и воспитания детей;

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

- создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- активизировать и обогащать воспитательные умения родителей;
- поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях.
- активизировать семейные спортивные праздники

В основу реализации работы с семьёй заложены следующие *принципы*:

- партнёрство родителей и педагогов в воспитании и обучении детей;
- единое понимание педагогами и родителями целей и задач воспитания и обучения;
- помощь, уважение и доверие к ребёнку со стороны педагогов и родителей;
- постоянный анализ процесса взаимодействия семьи и ДОО.

Формы работы инструктора по физической культуре с семьей:

Цель – пополнить специальными педагогическими знаниями родителей по приобщению детей дошкольного возраста к физической культуре, спорту и здоровому образу жизни.

Формы работы с родителями

Название	Задачи	Результат
Анкетирование Беседы	- выявить роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей; - систематизировать знания родителей в области физической культуры; - заинтересовать родителей к новым формам семейного досуга;	Помогает определить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности ДОО и разработать стратегию дальнейшего взаимодействия всех участников образовательного процесса
Родительские собрания	- ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой ДОО; - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям.	- расширяются представления о особенностях физического развития детей; - появляется интерес к физической культуре.
Изготовление наглядного материала и атрибутов для физкультурных занятий	- привлекать родителей к совместному изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома; - знакомить родителей с вариантами использования атрибутов для привлечения детей к занятиям физической культуры; - способствовать созданию в семье условий для реализации потребности детей в физической активности.	- родители узнают, какими атрибутами можно пополнить свой арсенал пособий для ежедневных физкультурных занятий и игр дома; - знакомятся со способами использования данного оборудования для повышения двигательной активности детей.
Оформление фотовыставок. Выставки совместных работ.	- повышать интерес детей к физической культуре и спорту; - воспитывать желание вести ЗОЖ; - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям спортом; - расширять представление родителей	- способствует повышению интереса детей к физической культуре, выполнению физических упражнений; - дети знакомятся со спортивными увлечениями своих родственников.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	и детей о формах семейного досуга.	
Дни и недели открытых дверей. Конкурсы. Совместные мероприятия.	<ul style="list-style-type: none"> - повысит у детей и их родителей интерес к физической культуре и спорту; - совершенствовать двигательные навыки - воспитывать физические и морально-ролевые качества; - закреплять у детей гигиенические навыки. 	Во время проведения совместных мероприятий царит атмосфера спортивного азарта, доброжелательности и эмоционального подъема. Дети, видя, как родители вместе с ними принимают участие в соревнованиях, начинают проявлять большой интерес к физической культуре, эмоционально отзываются на все задания, стремятся выполнять их как можно лучше, поскольку за ними наблюдают их родные.
Советы специалистов Консультации Совместные практикумы	<ul style="list-style-type: none"> - рассказывать о значении физкультуры для человека; - повышать интерес к физической культуре; - воспитывать желание вести ЗОЖ; - формировать интерес к занятиям физкультурой 	Такие мероприятия вызывают у родителей желание заниматься спортом. В результате родители могут отвести своего ребёнка в спортивную секцию или кружок.

Раздел III. Организационный.

3.1 Материально – техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

В соответствии с ФГОС ДО, материально – техническое обеспечение Программы включает в себя учебно – методический комплект, оборудование, оснащение (предметы). Материально - технические условия реализации Программы соответствуют:

- санитарно - эпидемиологическим требованиям и нормативам;
- правилам пожарной безопасности;
- требованиям к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями детей;
- требованиям к материально-техническому и методическому обеспечению Программы.

Физкультурный зал детского сада предназначен для проведения утренней гимнастики, физкультурных занятий, праздников, физкультурных досугов, соревнований. Оборудование спортивного зала включает разнообразный спортивный инвентарь и спортивные атрибуты для физического развития детей.

Отделка всех помещений детского сада соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам.

3.2 Обеспеченность методическим материалом

Автор составитель	Наименование издания	Издательство, год издания
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Младшая группа (3-4 года)	Мозаика-Синтез, Москва, 2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Средняя группа (4-5 лет).	Мозаика-Синтез, Москва, 2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Старшая группа (5 -6 лет)	Мозаика-Синтез, Москва, 2014
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	Мозаика-Синтез, Москва, 2014
Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет.	Мозаика-Синтез, Москва, 2014
Степаненкова Э.Я.	Сборник подвижных игр.	Мозаика-Синтез, Москва, 2013
Серия «Рассказы по картинкам»	«Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Распорядок дня», «Спортивный инвентарь»	Мозаика-Синтез, Москва, 2014
Серия «Расскази детям о...»	«Расскажите детям об олимпийских играх»	Мозаика-Синтез, Москва, 2014
Л.Н.Волошина	«Планирование образовательной деятельности по парциальной программе физического развития «Выходи играть во двор»	Белгород: ООО «Эпицентр», 2018
Л.Н.Волошина	«Парциальная программа дошкольного образования «Выходи играть во двор» (образовательная область «Физическое развитие»)	Белгород: ООО «Эпицентр», 2018

3.3 Обеспеченность средствами обучения и воспитания

Образовательная область	Наличие специальных помещений	Основные пособия и специальное оборудование
Физическое развитие	Физкультурный зал	Спортивное оборудование для проведения физкультурных занятий, мероприятий.
	Групповые помещения	Центры физического развития, массажные коврики.
	Медицинский кабинет	Ростомер, динамометр, весы, тонометр, медикаменты.

Таким образом, созданная в учреждении развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает не только условия для реализации основной образовательной Программы учреждения, но и возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

3.4. Распорядок и режим дня для воспитанников

Распорядок дня

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В структурном подразделении: Детский сад «Аленушка» используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Распорядок дня включает:

Прием пищи - определяется временем пребывания детей и режимом работы учреждения (завтрак, обед, уплотненный полдник). Питание детей организуют в помещении групповой ячейки.

Ежедневная прогулка детей, её продолжительность составляет 3-4 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15 м/с. Во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещения ДО.

Дневной сон. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 - 2,5 отводится дневному сну. Оптимальным является организация дневного сна на воздухе (веранды). Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

Самостоятельная деятельность детей 3 - 7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей 1,5-3 лет жизни не более 8-10 минут, для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни - не более 25 минут, а для детей 7-го года жизни - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 - 3 раз в неделю. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку.

Домашние задания воспитанникам дошкольных образовательных организаций не задают.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

В разновозрастных группах продолжительность непосредственно образовательной деятельности следует дифференцировать в зависимости от возраста ребенка. С целью соблюдения возрастных регламентов продолжительности занятий их следует начинать со старшими детьми, постепенно подключая к занятию детей младшего возраста.

В летний период непосредственно образовательную деятельность проводить не рекомендуется. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии и другие, а также увеличивать продолжительность прогулок.

Общественно полезный труд детей старшей и подготовительной групп. Он проводится в форме самообслуживания, элементарного хозяйственно-бытового труда и труда на природе (сервировка столов, помощь в подготовке к занятиям). Его продолжительность не должна превышать 20 минут в день.

Разные формы двигательной активности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, плавание и другие. Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закалывающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5 - 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 - 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных организаций.

Для реализации двигательной активности детей следует использовать оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет следует круглогодично организовывать непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

Режим дня

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием детей, осмотр,	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.25

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

ежедневная утренняя гимнастика, свободная игра					
Игры, самостоятельная деятельность	8.25-8.55	8.25-8.55	8.25-8.55	8.25-8.55	8.25-8.55
Подготовка к завтраку, завтрак	8.55-9.15	8.55-9.15	8.55-9.15	8.55-9.15	8.55-9.15
Игры, подготовка к занятиям	9.15-9.20	9.15-9.20	9.15-9.20	9.15-9.20	9.15-9.20
Организованная образовательная деятельность (перерывы не менее 10 минут)	9.20-9.50	9.20-10.10	9.20-10.15	9.20-10.20	9.20-11.10
Второй завтрак	9.50-10.00	10.15-10.25	10.15-10.25	10.40-10.50	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.00-11.15	10.25-12.10	10.25-12.10	10.50-12.20	11.10-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.15-11.30	12.10-12.30	12.10-12.30	12.20-12.30	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	11.30-12.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.30-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.15-15.30	15.15-15.30
Игры, самостоятельная деятельность детей Чтение	15.45-17.00	15.45-17.00	15.45-17.00	15.30-16.00, 16.25-17.00	15.30-17.00

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

художественно й литературы (10-15 мин)					
Организованна я образовательна я деятельность	-	-	-	16.00- 16.25	-
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 - 18.30	17.00- 18.30	17.00- 18.30	17.00- 18.30	17.00-18.30
Возвращение с прогулки, самостоятельна я деятельность, уход домой	18.30- 19.00	18.30- 19.00	18.30- 19.00	18.30- 19.00	18.30-19.00

Режим дня (июнь-август)

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
Прием детей, осмотр, ежедневная утренняя гимнастика, свободная игра	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.25
Игры, самостоятельная деятельность	8.25-8.55	8.25-8.55	8.25-8.55	8.25-8.55	8.25-8.55
Подготовка к завтраку, завтрак	8.55-9.15	8.55-9.15	8.55-9.15	8.55-9.15	8.55-9.15
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность, водные, воздушные и солнечные процедуры)	9.15- 11.30	9.15-12.30	9.15- 12.30	9.15- 12.30	9.15-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная	11.30- 12.00	12.30- 12.40	12.30- 12.40	12.30- 12.40	12.30-12.40

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

деятельность					
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.40-13.00	12.40-13.00	12.40-13.00	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.30	13.00-15.30	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40	15.30-15.40
Подготовка к полднику, уплотненный полдник	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00	15.40-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей Чтение художественной литературы (10-15 мин)	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15	16.00-16.15
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-18.45	16.15-18.45	16.15-18.45	16.15-18.45	16.15-18.45
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.45-19.00

Модель организации воспитательно - образовательного процесса на день

Воспитательно-образовательный процесс условно подразделен на:

- совместную деятельность с детьми: образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

Модель организации деятельности взрослых и детей в дошкольном учреждении

Совместная деятельность взрослого и детей	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями
<ul style="list-style-type: none"> • Двигательные подвижные дидактические игры, подвижные игры с правилами, игровые упражнения, соревнования. • Игровая: сюжетные игры, игры с правилами. • Продуктивная мастерская по 	<p>Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей: двигательной,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Диагностирование. - Педагогическое просвещение родителей, обмен опытом. - Совместное творчество детей и

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

<p>изготовлению продуктов детского творчества, реализация проектов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Коммуникативная беседа, ситуативный разговор, речевая ситуация, составление и отгадывание загадок, сюжетные игры, игры с правилами. • Трудовая: совместные действия, дежурство, поручение, задание, реализация проекта. • Познавательно-исследовательская: наблюдение, экскурсия, решение проблемных ситуаций, экспериментирование, коллекционирование, моделирование, реализация проекта, игры с правилами. • Музыкально-художественная: слушание, исполнение, импровизация, экспериментирование, подвижные игры (с музыкальным сопровождением). • Чтение художественной литературы: чтение, обсуждение, разучивание. 	<p>игровой, продуктивной, трудовой, познавательно-исследовательской</p>	<p>взрослых.</p>
--	---	------------------

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащённости дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения, от опыта и творческого подхода педагога.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно:

- игровые,
- сюжетные,
- интегрированные формы образовательной деятельности.

Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности.

В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера.

Одной из форм непосредственно образовательной деятельности является «занятие», которое рассматривается как - занимательное дело, без отождествления его с занятием как дидактической формой учебной деятельности. Это занимательное дело основано на одной из специфических детских деятельностей (или нескольких таких деятельностях – интеграции различных детских деятельностей), осуществляемых совместно со взрослым, и направлено на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей (интеграция содержания образовательных областей). Реализация занятия как дидактической формы учебной деятельности рассматривается только в старшем дошкольном возрасте.

Физическое развитие

<p>Младший дошкольный возраст</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Прием детей в детский сад на воздухе в теплое время года. - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты). - Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта). - Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны). - Физкультминутки на занятиях. - НОД по физкультуре. - Прогулка в двигательной активности. 	<ul style="list-style-type: none"> - Гимнастика после сна. - Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне). - Физкультурные досуги, игры и развлечения. - Самостоятельная двигательная деятельность. - Ритмическая гимнастика. - Хореография. - Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений).
<p>Старший дошкольный возраст</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Прием детей в детский сад на воздухе в теплое время года. - Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты). - Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта). - Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны). - Специальные виды закаливания. - Физкультминутки. - НОД по физическому развитию. - Прогулка в двигательной активности. 	<ul style="list-style-type: none"> - Гимнастика после сна. - Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне). - Физкультурные досуги, игры и развлечения. - Самостоятельная двигательная деятельность. - Ритмическая гимнастика. - Хореография. - Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений).

Реализация воспитательной работы в ходе режимных моментов

Режимные моменты	Формы организации образовательного процесса	Вид деятельности	Направление воспитания
Прием детей	Игры (сюжетно-ролевые, подвижные)	Самостоятельная и совместная со взрослым игровая деятельность, физическая активность	Физическое и оздоровительное

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

	Гигиенические процедуры	Самообслуживание	Физическое и оздоровительное
	Утренняя гимнастика	Физическая активность	Физическое и оздоровительное
Завтрак	Формирование культуры еды	Самообслуживание	Физическое Этико-эстетическое
Совместная со взрослым образовательная деятельность	Игра	Самостоятельная игровая деятельность	Все виды воспитания в зависимости от возникающих образовательных ситуаций
Непрерывная образовательная деятельность	Занятия Реализация проектов Дидактические и сюжетно-дидактические игры	Игровая, двигательная активность	Решение Воспитательных задач в соответствии с содержанием дошкольного образования физическое, воспитание.
Подготовка к прогулке, прогулка	Занятия, дидактические и сюжетно-дидактические игры, подвижные игры	Самостоятельная и совместная со взрослыми игровая деятельность, физическая активность	Все направления воспитания
Подготовка к обеду. Обед	Формирование культуры еды Самообслуживание	Самообслуживание	Этико-эстетическое Физическое и оздоровительное
Сон	Воспитание навыков здорового образа жизни		
Постепенный Переход от сна к бодрствованию	Гимнастика пробуждения	Физическая активность	Физическое
	Закаливающие процедуры	Воспитание навыков ЗОЖ	Физическое
	Игра	Самостоятельная игровая деятельность	Все виды воспитания (ситуативное реагирование)
Подготовка к полднику, полдник	Формирование культуры еды	Самообслуживание	Физическое и оздоровительное Этико-эстетическое
Самостоятельная деятельность		Игровая, физическая	Все виды

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

		активность	воспитания в зависимости от возникающих образовательных ситуаций
Совместная со взрослым образовательная деятельность	Досуги (игровые, физкультурные, познавательные, театрализованные, музыкальные, др.) Реализация проектов	Игровая, познавательно-исследовательская, конструктивная деятельность	Все виды воспитания в зависимости от возникающих образовательных ситуаций (ситуативное реагирование)
Подготовка к прогулке, прогулка	Реализация проектов Решение ситуативных задач Дидактические, сюжетно-дидактические, подвижные, сюжетно-ролевые игры.	Самостоятельная и совместная со взрослыми игровая деятельность, познавательная исследовательская, физическая активность	Все направления воспитания

3.5 Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Наличие традиционных событий, праздников, мероприятий в детском саду является неотъемлемой частью в деятельности дошкольного учреждения, поскольку способствует повышению эффективности воспитательно - образовательного процесса, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

Традиции направлены прежде всего на сплочение коллектива детей, родителей и педагогов ДОУ, они играют большую роль в формировании и укреплении дружеских отношений между всеми участниками образовательных отношений.

Традиции помогают ребенку освоить ценности коллектива, способствуют чувству сопричастности сообществу людей, учат прогнозировать развитие событий и выбирать способы действия. Поэтому создание традиций в детском саду их передача следующему поколению воспитанников - необходимая и нужная работа. Традиции, в которых дети принимают непосредственное участие вместе с родителями и с воспитателем, прочно откладываются в детской памяти и уже неразрывно связаны с детством, с воспоминанием о детском саду как о родном общем доме, где каждый ребенок любим и уважаем.

Важной задачей является создание таких традиций, которые нашли бы отклик среди педагогов и родителей, и были бы интересны детям.

В нашем учреждении в качестве традиционных определены следующие мероприятия:

Название	Сроки проведения	Возрастные группы
Спортивные мероприятия и развлечения		
«Старый друг - велосипед»	Сентябрь	старшая и подготовительная
«Зимняя олимпиада»	январь	все группы
Веселые старты	апрель	все группы

Такие мероприятия и праздники с большим удовольствием принимаются детьми и родителями.

3.6 Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды

Оснащенность помещений учреждения развивающей предметно-пространственной средой обеспечивает оптимальную реализацию образовательного потенциала пространства учреждения, пространства группы, пространства территории детского сада, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей детей.

Созданная в учреждении развивающая предметно-пространственная среда отвечает следующим характеристикам:

1. Содержательная насыщенность - обеспечивается наличием в учреждении средств обучения и воспитания, оздоровительного оборудования, инвентаря, соответствующих возрастным возможностям детей и содержанию Программы. Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивают:

- ✓ игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- ✓ двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- ✓ эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- ✓ возможность самовыражения детей.

2. Трансформируемость пространства обеспечивает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3. Полифункциональность материалов обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих предметной среды, в том числе детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д. Кроме того, в каждой группе присутствуют предметы, не обладающие жёстко закреплённым способом употребления, в том числе природные материалы, пригодные для использования в разных видах детской активности (в качестве предметов-заместителей в детской игре).

4. Вариативность среды обеспечивается наличием различных пространств в детском саду и в группах (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей. Игровой материал периодически сменяется, дополняется новыми предметами, стимулирующими игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

5. Доступность среды определяет возможность свободного доступа для воспитанников всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность; свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности. Необходимым условием является исправность и сохранность материалов и оборудования.

6. Безопасность предметно-пространственной среды определяется соответствием всех её элементов требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования.

3.7 Календарный учебный график

Регламентирование образовательного процесса на учебный год

1. Продолжительность учебного года

- Начало учебного года: 01.09.2021 г.

- Окончание учебного года: 31.05.2022 г.

- Продолжительность учебной недели: пятидневная рабочая неделя (понедельник – пятница),

1. Продолжительность учебного года: 36 недель.

2. Летний оздоровительный период: с 01.06.2020г. по 31.08.2020г.

3. Ежедневный график работы: с 07-00 до 19-00.

4. Режим работы в летний оздоровительный период: с 07.00 до 19.00

5. Зимние каникулы: 01.01.2022 г. – 08.01.2022 г.

6. Выпуск детей в школу: 27.05.2022 г.

7. Периодичность проведения родительских собраний:

1-е общесадовское собрание – сентябрь;

2-е собрание – по группам – ноябрь;

3-е собрание – по группам – февраль;

4-е общесадовское собрание – май.

8. Выходные дни - суббота, воскресенье, праздничные дни в соответствии с производственным календарем на 2020 – 2021 учебный год.

2. Праздничные дни:

04.11.2020 – День народного единства;

01.01.2021 – Новый год;

07.01.2021 – Рождество Христово;

23.02.2021 – День защитника Отечества;

08.03.2021 – Международный женский день;

01.05.2021 – Праздник Весны и Труда;

09.05.2021 – День Победы;

12.06.2021 – День независимости России;

12.07.2022 – День Прохоровского Поля – Третьего ратного поля России.

3. Количество групп - 3:

- вторая группа раннего возраста;

- разновозрастная группа;

- подготовительная к школе группа.

4. Объем нагрузки непосредственно-образовательной деятельности по группам.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»
должна составлять не более 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статистического характера проводятся физкультурные минутки.

№ п/п	Этап образовательного процесса	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1.	Режим работы	7.00-19.00	7.00 -19.00	7.00-19.00	7.00-19.00	7.00-19.00
2.	Продолжительность НОД	10 мин	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин
3.	Перерывы между периодами НОД	не менее 10 мин.	не менее 10 мин.	не менее 10 мин.	не менее 10 мин.	не менее 10 мин.
4.	Регламентация образовательного процесса на один день	2 занятия по 10 минут	2 занятия по 15 минут	2 занятия по 20 минут	2 занятия 45 минут до обеда, 20-25 минут - вторая половина дня	3 занятия по 30 минут - первая половина дня, 25-30 минут вторая половина дня
5.	Объём образовательной нагрузки в неделю	10 занятий (1ч. 40мин.)	10 занятий (2 ч.30мин.)	10 занятий (3 ч.20мин.)	13 занятий (5 ч. 25 мин.)	14 занятий (7 ч.)
6.	Адаптационный период	июнь-июль	-	-	-	-
7.	Педагогическая диагностика	Педагогическая диагностика проводится методом педагогического наблюдения за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности				
8.	Психологическая диагностика	Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей).				

5. Особенности регламентации приоритетного направления:

Социально-личностное развитие: организация и проведение режимных моментов, организация и проведение НОД по образовательным областям: социально-коммуникативное, художественно-эстетическое развитие, познавательное развитие, физическое развитие, организация тематических недель, выставок детского творчества; - организация мероприятий, конкурсов различного уровня.

Младший дошкольный возраст

<i>Оздоровительные мероприятия</i>	<i>Особенности организации</i>
Прием детей на участке	Ежедневно, до -15 С
Утренняя гимнастика	Ежедневно, 6-10 мин
Оздоровительные мероприятия	Ежедневно, 6-10 мин
Воздушно – температурный режим - в группе - в спальне	Ежедневно по требованиям СанПиН
Сквозное проветривание помещения	2 раза в день, 5-10 мин, до 14-16 С
Одежда в группе – облегченная, разминка, воздушные и водные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения детей, 5-10 мин
Подвижные игры и физические	Ежедневно, не менее 2 раз в день

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

упражнения на прогулке	
Целевые прогулки, походы	1 раз в 3 месяца, начиная с 4 лет, 40 - 60 мин

Старший дошкольный возраст

<i>Оздоровительные мероприятия</i>	<i>Особенности организации</i>
Прием детей на участке	Ежедневно, до -20 С
Утренняя гимнастика	Ежедневно, 10-12 мин
Оздоровительные мероприятия	Ежедневно, 6-10 мин
Воздушно – температурный режим - в группе - в спальне	Ежедневно по требованиям СанПиН
Сквозное проветривание помещения	2 раза в день, 5-10 мин, до 14-16 С
Одежда в группе – облегченная, разминка, воздушные и водные процедуры после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения детей ,15-20 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, не менее 2 раз в день, 15-20 мин
Целевые прогулки, походы	1 раз в месяц, 60-120 мин
Физкультминутки	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятия

6. Модель воспитательно-образовательного процесса на год

Участники воспитательно-образовательного процесса	Время проведения
Родители – педагоги – дети – социальные институты	
День поселка	август
День знаний	сентябрь
День дошкольного работника	сентябрь
Месячник безопасности ПДД	сентябрь
Праздник осени, ярмарка	октябрь
Выставки совместного творчества	октябрь
День Матери	ноябрь
Новогодний утренник	декабрь
Квест-игра «Путешествие в страну полезных продуктов»	декабрь
Выставки совместного творчества	декабрь
Рождественские встречи	январь
Праздник, посвященный Дню защитника Отечества	февраль
Праздник Международного женского дня - 8 Марта	март
Выставки совместного творчества	март
Масленица, ярмарка	март - апрель
Мониторинг выполнения образовательной программы	апрель
Праздник «Салют Победы». Акция «Бессмертный полк» (разновозрастная и подготовительная к школе группы). Выставка рисунков «Мы помним, мы гордимся»	май
Праздник «До свидания, детский сад»	май
Музыкально-спортивный праздник, посвященный «Дню защиты детей»	июнь
Спортивные развлечения и досуги с родителями	июль

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Выполнение плана мероприятий летней оздоровительной работы	июнь-август
--	-------------

3.8 Учебный план

Организация образовательной деятельности					
Младшая группа	В неделю	В месяц	В год		
Физическая культура в помещении	2	8	72		
Физическая культура на воздухе	1	4	36		
Средняя группа	В неделю	В месяц	В год		
Физическая культура в помещении	2	8	72		
Физическая культура на воздухе	1	4	36		
Старшая группа	В неделю	В месяц	В год		
Физическая культура в помещении	2	8	72		
Физическая культура на воздухе	1	4	36		
Подготовительная группа	В неделю	В месяц	В год		
Физическая культура в помещении	2	8	72		
Физическая культура на воздухе	1	4	36		
Оздоровительная работа					
Утренняя гимнастика		Ежедневно			
Комплексы закаливающих процедур		Ежедневно			
Гигиенические процедуры		Ежедневно			
Организация двигательного режима					
Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	Вторая группа раннего возраста
Организованная деятельность	6 час/нед	8 час/нед	10 час/нед	10 час и более/нед	5 час/нед
Утренняя гимнастика	4-6 мин	6-8 мин	8-10мин	10-12 мин	4-6 мин
Хороводная игра или игра средней подвижности	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин	2-3 мин
Физминутка во время занятия	2-3 мин				
Динамическая пауза между занятиями (если нет физо или музо)	5 мин				
Подвижная игра на прогулке	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	4-8 мин

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернянская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области,
структурное подразделение: Детский сад «Аленушка»

Инд. раб. по развитию движений на прогулке	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин	6-10 мин
Динамический час на прогулке	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Физкультурные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Музыкальные занятия	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин	10-15 мин
Гимнастика после дневного сна	5-10мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	4-6 мин
Спортивные развлечения	20 мин	30 мин	30 мин	40-50 мин	10-15 мин
Спортивные праздники	20 мин/2р/г	40 мин/2р/г	60-90 мин/2р/г		
Неделя здоровья	Сентябрь, январь, апрель				
Подвижные игры во II половине дня	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	6-8 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно				