****

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:**

- Основная образовательная программа Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения № 98 г. Липецка;

- Адаптированная образовательная программа Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения № 98 г. Липецка**.**

***-*** Устав ДОУ №98.

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155).

- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13).

* ***Содержание работы по образовательной области.***

Содержание образовательной области **«Физическое развитие»** направлено на достижение **целей** формирования у детей интереса ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие и формирования культуры здоровья через решение следующих специфических задач:

 - развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

 - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основами движения);

 - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности физическом совершенствовании;

 - развитие у детей способности к двигательному творчеству и импровизации (дополнительная задача ДОУ).

 - сохранение и укрепление физического и психологического здоровья детей;

 - воспитание культурно-гигиенических навыков;

 - формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

* 1. ***года.***
* Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
* Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.
* Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, в соответствии с указаниями воспитателя.
* Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно – силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.
* Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
* Развивать интерес к изучению себя, своих физических возможностей.

***4-5 лет.***

* Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
* Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

 -уверенному и активному выполнению основных элементов техники,

 общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных

 упражнений;

 - соблюдению и контролю правил в подвижных играх;

 - самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений;

 - умению ориентироваться в пространстве;

 - развитию умений оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

* Целенаправленно развивать быстроту, координацию, скоростно – силовые качества, общую выносливость, гибкость, силу.
* Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
* Развивать представления о человеке, об особенностях здоровья и условиях его сохранения: режим, закаливание, физкультура и пр.
* Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей: закаливание, участие в физкультурных праздниках и досугах, утренней гимнастике, подвижных играх на свежем воздухе, соблюдению двигательного режима.

***5-6 лет.***

* Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
* Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:

 - добиваться осознанного, активного выполнения всех видов упражнений;

 - формировать первоначальные представления и умения в спортивных

 играх и упражнениях;

 -учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения

 и движения товарищей;

 - побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности;

 -воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и

 проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

* Развивать физические качества: быстроту, координацию, силу, гибкость, общую выносливость.
* Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
* Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения.
* Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

***6-7 лет.***

* Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
* Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:

 - добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех

 упражнений;

 - закреплять двигательные умения и знание правил в спортивных играх и

 упражнениях;

 - закреплять умение осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и

 оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование

 двигательной деятельности;

 - побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности;

 - закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и

 упражнения со сверстниками и малышами;

 - развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и

 вариативного выполнения движений.

* Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
* Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
* Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
* Обогащать и углублять представления детей о том, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье.

**Содержание коррекционно – развивающей работы в образовательной области «Физическое развитие»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Возраст 5-6 лет.** | **Возраст 6-8 лет.** |
| ***Задачи образовательной деятельности***1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.4. Развивать творчества в двигательной деятельности.5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьеформирующего поведения.9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания. **Двигательная деятельность*****Порядковые упражнения:*** порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. ***Общеразвивающие упражнения:*** Четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнение общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. ***Подводящие и подготовительные упражнения.*** Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега- отталкивания, группировки и приземления, в метании- замаха и броска. ***Ходьба.*** Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. ***Бег.*** На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3х10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). ***Прыжки.*** На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. ***Бросание, ловля и метание.*** «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание в даль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. ***Ползание и лазание.*** Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.***Подвижные игры*** с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. ***Спортивные игры.*** Городки. Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол. Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам. Бадминтон. Отбивание волана ракеткой в заданном направлении. Игра с воспитателем. Футбол. Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов. Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам. ***Спортивные упражнения:*** скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.***Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни***Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания. | ***Задачи образовательной деятельности***1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость- координацию движений.6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.**Двигательная деятельность*****Порядковые упражнения.*** Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. ***Общеразвивающие упражнения.*** Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименные, разнонаправленными, поочередные движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. ***Основные движения.*** Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. ***Подводящие и подготовительные упражнения.*** ***Ходьба***. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, с крестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии. ***Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях.*** Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. ***Бег***. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5х10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. ***Прыжки.*** Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. ***Метание.*** Отбивать, передавать, подбрасывать мячей разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели. ***Лазанье.*** Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». ***Подвижные игры.*** Организовать знакомые игры игру с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. ***Спортивные игры.*** Правила спортивных игр. Городки. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Футбол. Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. Хоккей. Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения.***Спортивные упражнения.*** Ходьба на лыжах. Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках. Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате. Отталкивание одной ногой. Плавание: скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду. Катание на велосипеде. Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам. После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.***Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни***Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр. |

* **Планируемые результаты освоения программы детьми**

***Целевые ориентиры освоения Программы.***

В образовательной программе, так же, как и в Стандарте, целевые ориентиры даются для детей раннего возраста (на этапе перехода к дошкольному возрасту) и для старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

***Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:***

- ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно – исследовательской деятельности, конструировании и др. Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности; - ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявлять свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

 - ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

 - ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребёнка складываются предпосылки грамотности;

 - у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

 - ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

 - ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно – следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать и экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живёт, знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

***Планируемые результаты освоения программы детьми.***

***3 года***

***Физическое развитие.***

 У ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание, подлезание и пр.).

Проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

***4 года***

***Физическое развитие.***

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 в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий.

 Проявляет интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения. Стремится соблюдать элементарные правила здорового образа жизни.

 С удовольствием выполняет культурно – гигиенические навыки, положительно настроен на выполнение элементарных процессов самообслуживания, радуется своей самостоятельности и результату.

***5 лет***

***Физическое развитие.***

Ребёнок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

 Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.

 Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребёнок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.

Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создаёт комбинации из знакомых упражнений, передаёт образы персонажей в подвижных играх.

 Осуществляет перенос опыта здоровьесберегающей деятельности в игру, соблюдает правила здоровьесберегающего и безопасного поведения во взаимодействии со сверстниками.

***6 лет***

***Физическое развитие.***

Ребёнок гармонично развивается, его двигательный опыт богат (объём освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

 В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

В поведении чётко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

 Уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений.

 Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознаёт зависимость между качеством выполнения упражнения иего результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

 В самостоятельной деятельности ребёнок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

 Ребёнок мотивирован к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

 Имеет представления о своём здоровье, знает, как можно поддержать, сохранить и укрепить его, решает некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения: умеет обслужить себя и владеет полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены, умеет определить состояние своего здоровья, владеет культурой приёма пищи, проявляет интерес к закаливающим процедурам и спортивным упражнениям.

 Ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения. Умеет соблюдать их в подвижных играх, в спортивном зале, на улице и т.д.

***7 лет***

***Физическое развитие.***

Ребёнок проявляет интерес к физическим упражнениям и правильно выполняет их, проявляя самоконтроль и самооценку (контролирует свои действия и управляет ими).

 Развита крупная и мелкая моторика. Сформирована потребность в двигательной активности.

 Самостоятельно выполняет основные культурно – гигиенические процессы, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

***Планируемые результаты освоения программы по каждому возрастному периоду в группах коррекционно-развивающего обучения***

|  |
| --- |
| **Дети 5-6 лет** |
|  Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, выносливость, гибкость. Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве. Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности. Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила. Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх. Осуществляет перенос опыта здорововьесберегающей деятельности в игру, соблюдает правила здоровьесберегающего и безопасного поведения во взаимодействии со сверстниками.Ребенок активен в самообслуживании, стремиться помогать взрослому в организации процесса питания, режимных моментов. В играх наблюдается разнообразие сюжетов. Ребенок называет свои игровые действия, называет роль до начала игры, обозначает свою новую роль по ходу игры. Вступает в ролевой диалог, отвечает на вопросы и задаёт их соответственно принятой роли. Играя индивидуально, ведет диалог с игрушками, комментирует их «действия», говорит разнообразными голосами за разных персонажей. В играх с правилами принимает игровую задачу, проявляет интерес к результату, выигрышу. Доброжелателен в общении с партнерами по игре. Выполняет правила общения со взрослыми. Внимателен к совам и оценкам взрослых, стремится к положительным формам поведения. Откликается на эмоции близких людей и друзей. |
| **Дети 6-8 лет** |
|  Ребенок гармонично развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений). В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений. Уверенно, в заданном ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений. Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнений и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру. В самостоятельной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость. Ребенок мотивирован к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих его людей. Имеет представление о своем здоровье, знает, как можно поддержать, сохранить и укрепить его, решает некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения: умеет обслуживать себя и владеет полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены, умеет определить состояние своего здоровья, владеет культурой приема пищи, проявляет интерес к закаливающим процедурам и спортивным упражнениям. Ребенок проявляет интерес к правилам безопасного поведения. Умеет соблюдать их в подвижных играх, в спортивном зале, на улице и т.д. Согласовывать в игровой деятельности свои интересы и интересы партнёров, умеет объяснить замыслы, адресовать обращение партнёрам. Эмоциональный фон общения положительный. Распределяет роли до начала игры и строит свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей роли. Проявляет интерес к игровому экспериментированию, к развивающим и познавательным играм. В играх с правилами действует в точном соответствии с ними. В игре решает спорные вопросы и улаживает конфликты с помощью речи: убеждает, доказывает, объясняет. Заботиться о младших, помогая им, защищает тех, кто слабее. Может сам или с небольшой помощью взрослого оценивать свои поступки и поступки сверстников. Соблюдает элементарные общепринятые нормы и правила поведения в детском саду и на улице. В повседневной жизни самостоятельно использует в общении «вежливые» слова. Владеет навыками самообслуживания. Ребенок осмысленно проявляет интерес к правилам безопасного поведения, умеет соблюдать их. Умеет привлечь внимание взрослого в случае возникновения неожиданных, опасных для жизни и здоровья ситуаций. |

**2. ОБЬЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Группа | Длительность образовательной деятельности | Количество образовательной деятельности в неделю |
| 2 младшая | 15 мин |  3 |
| средняя | 20 мин | 3 |
| старшая | до 25 мин | 3 |
| подготовительная | 30 мин | 3 |
| старшая логопедическая | до 25 мин | 3 |
| подготовительная логопедическая | 30 мин | 3 |

**3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

* **Календарно-тематическое планирование во 2 младшей группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | Тема | Задачи | План | Факт |
| Сентябрь |
| 1 | Наш любимый детский сад «Что у нас с вами есть в спортивном зале» | Диагностика (мониторинг) |  |  |
| 2 | Какими мы бываем | Диагностика (мониторинг) |  |  |
| 3 | Игрушка | Учить детей ходить и бегать небольшими группами за воспитателем, ходить между двумя линиями, сохраняя равновесие. |  |  |
| 4 | Дары осени«Весёлый огород» | Познакомить детей с ходьбой и бегом в колонне небольшими группами, учить энергичному отталкиванию мяча двумя руками при катании друг другу. |  |  |
| Октябрь |
| 1 | Витамины на грядке | Учить детей ходить и бегать по кругу, сохраняя устойчивое равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади, упражнять в подпрыгивании на двух ногах на месте. |  |  |
| 2 | Весёлое подворье (домашние животные и птицы) | Учить детей во время ходьбы и бега останавливаться на сигнал, при перепрыгивании приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мячей. |  |  |
| 3 | Птицы (перелётные и зимующие) | Закреплять умение ходить и бегать по кругу, учить энергичному отталкиванию мяча при прокатывании друг другу, упражнять в ползании на четвереньках |  |  |
| 4 | Краски осени (растения, деревья и кустарники) | Учить детей останавливаться во время ходьбы и бега по сигналу, подлезать под шнур, упражнять в равновесии при ходьбе по уменьшенной опоре. |  |  |
| Ноябрь |
| 1 | Родная страна (где мы живём) | Упражнять в ходьбе и беге, учить сохранять устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной опоре, мягко приземляться в прыжках. |  |  |
| 2 | Одежда, обувь, головные уборы | Упражнять в ходьбе колонной по одному, выполняя задания, в прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча друг другу. |  |  |
| 3 | Семья, семейные традиции | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ловить мяч, брошенный воспитателем, и бросать его обратно, ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени в прямом направлении. |  |  |
| 4 | Дикие животные | Упражнять в ходьбе по одному, выполняя задания, закреплять умения ползать на четвереньках, сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной опоре. |  |  |
| Декабрь |
| 1 | Здравствуй Зимушка – зима! | Ходить и бегать врассыпную, используя всю площадь зала, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске, в прыжках упражнять в приземлении на полусогнутые ноги. |  |  |
| 2 | Едим, плывём, летим (транспорт, спецтехника) | Ходить и бегать по кругу, учить мягкому спрыгиванию на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча. |  |  |
| 3 | Будь осторожен! (ОБЖ) | Ходить и бегать врассыпную, катать мяч друг другу, выдерживая направление, подлезать под дугу. |  |  |
| 4 | Новогодние чудеса | Ходить и бегать по кругу, не держась за руки, подлезать по шнур, не касаясь руками пола, сохранять равновесие при ходьбе по доске. |  |  |
| Январь |  |
| 1 | Зимние забавы (неделя игр) | Ознакомить детей с построением и ходьбой парами, сохранять устойчивое равновесие на доске, упражнять в прыжках, продвигаясь вперёд. |  |  |
| 2 | Юные волшебники (неделя творчества)«Мишка выдумщик» | Ходить и бегать врассыпную, учить мягкому приземлению при спрыгивании на полусогнутые ноги, прокатывать мяч вокруг предмета. |  |  |
| 3 | Зимушка хрустальная (неделя экспериментирования) | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, прокатывать мяч друг другу, подлезать под дугу, не касаясь руками пола. |  |  |
| Февраль |
| 1 | Наш дом (мебель) | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, учить перешагивать через шнуры, упражнять в прыжках из обруча в обруч. |  |  |
| 2 | Комнатные растения | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, выполняя задания, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча. |  |  |
| 3 | Домашние помощники (Бытовая техника) | Упражнять в ходьбе переменным шагом (через шнуры), беге врассыпную, учить бросать мяч через шнур, подлезать под шнур, касаясь руками пола. |  |  |
| 4 | Наша армия (военные профессии) | Упражнять в ходьбе в колонне по одному, выполняя задания, беге врассыпную, пролезать в обруч, не касаясь руками пола, сохранять равновесие при ходьбе по доске. |  |  |
| Март |
| 1 | О любимых бабушках и мамах | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади, мягко приземляться в прыжках с продвижением вперёд. |  |  |
| 2 | Город мастеров (профессии) | Упражнять в ходьбе и беге парами и врассыпную, познакомить с прыжками в длину, прокатывать мяч между предметами. |  |  |
| 3 |  | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, учить бросать мяч о пол и ловить его двумя руками, упражнять в ползании по скамейке (на ладонях и коленях). |  |  |
| 4 | Народная культура, традиции (фольклор) | Упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную, учить правильному хвату руками за рейки при влезании на наклонную лестницу, упражнять в ходьбе с перешагиванием через бруски (переменный шаг). |  |  |
| Апрель |
| 1 | Весна (растения, кустарники, деревья) | Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в прыжках в длину с места. |  |  |
| 2 | Неделя здоровья | Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную, в прыжках в длину с места, учить приземляться одновременно на две ноги, упражнять в бросании мяча о пол. |  |  |
| 3 | Земля – наш общий дом | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, упражнять в ползании по доске. |  |  |
| 4 | Животные Севера и жарких стран | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному. Учить влезать на наклонную лесенку, упражнять в ходьбе по доске, формируя правильную осанку. |  |  |
| Май |
| 1 | День Победы | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, сохранять равновесие на повышенной опоре, упражнять в перепрыгивании через шнур. |  |  |
| 2 |  Насекомые | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, учить приземляться на носочки в прыжках в длину с места, упражнять в подбрасывании мяча вверх. |  |  |
| 3 | Подводный мир | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному. Выполнять задания по сигналу, бегать врассыпную, учить подбрасывать мяч вверх и ловить его, упражнять в лазании по скамейке на ладонях и коленях. |  |  |
| 4 | Дорожная азбука | Упражнять в ходьбе, отрабатывая переменный шаг и координацию движений, и беге врассыпную, закреплять умение влезать на наклонную лесенку, не пропуская реек, упражнять в равновесии. |  |  |

* **Календарно-тематическое планирование в средней группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | Тема | Задачи | План | Факт |
| Сентябрь |
| 1 | Наш любимый детский сад | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола. |  |  |
| 2 | Какими мы бываем? (эмоции, характер) | Учить при подпрыгивании вверх энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в проталкивании мяча, в ползании на четвереньках. |  |  |
| 3 | Игрушка | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнять в энергичном отталкивании от пола двумя ногами. |  |  |
| 4 | Дары осени (фрукты, овощи, грибы, хлеб) | Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную. Учить подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками, упражнять в подлезании под шнур, в ходьбе по доске, положенной на пол. Формировать умение группироваться при подлезании под шнур. |  |  |
| Октябрь |
| 1 | Витамины на грядке | Учить детей перебрасывать мяч друг другу, развивать ловкость и глазомер, упражнять в прыжках. |  |  |
| 2 | Весёлое подворье (домашние животные и птицы) | Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в шеренге, в прыжках с продвижением вперёд. |  |  |
| 3 | Птицы (перелётные и зимующие) | Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега, упражнять в приземлении на полусогнутые ноги |  |  |
| 4 | Краски осени (растения, кустарники, деревья) | Учить находить своё место в колонне после бега и ходьбы, упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в подлезании под дугу, не касаясь руками пола. Учить ползать на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. |  |  |
| Ноябрь |
| 1 | Родная страна (где мы живём) | Учить находить своё место в колонне после бега и ходьбы врассыпную, упражнять в подлезании под дугу, не касаясь руками пола, в прокатывании мяча по дорожке. Закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в прыжках на двух ногах. |  |  |
| 2 | Одежда, обувь, головные уборы | Учить детей ходьбе и бегу по кругу, взявшись за руки, упражнять в ходьбе и беге между предметами, на носках. Учить приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в перебрасывании мяча друг другу. |  |  |
| 3 | Семья, семейные традиции | Учить ходьбе и бегу с изменением направления движения, учить бросать мяч о землю и ловить его двумя руками, закреплять умение ползать на четвереньках. |  |  |
| 4 | Дикие животные | Закреплять умение ходить и бегать между предметами, упражнять в прыжках и беге с ускорением. |  |  |
| Декабрь |  |
| 1 | Здравствуй, Зимушка – зима! | Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, упражнять в прыжках через бруски. |  |  |
| 2 | Едим, плывём, летим (транспорт, спецтехника) | Упражнять в ходьбе в колонне по одному, выполняя повороты на углах, в прокатывании мячей между предметами, в прыжках со скамейки. |  |  |
| 3 | Будь, осторожен! ()ОБЖ | Упражнять в ползании на четвереньках на повышенной опоре. Учить ловить мяч, брошенный товарищем. |  |  |
| 4 | Новогодние чудеса | Закреплять ходьбу и бег между предметами. Упражнять в прыжках на двух вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева. |  |  |
| Январь |  |
| 1 | Зимние забавы (неделя игр) | Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, закреплять умение ходить и бегать врассыпную. Упражнять в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. |  |  |
| 2 | Юные волшебники (неделя творчества) | Упражнять в ходьбе со сменой ведущего.Учить отбиванию мяча одной рукой о пол. Закреплять умение ползать на четвереньках по гимнастической скамейке. |  |  |
| 3 | Зимушка хрустальная (неделя экспериментирования) | Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, в ходьбе с высоким подниманием колен. Учить прыжкам в высоту с места. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, ходьбе с перешагиванием, прыжках через бруски. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу. |  |  |
|  |
| Февраль |
| 1 | Наш дом (мебель) | Закрепить ходьбу парами, высоко поднимая колени. Учить правильно принимать и.п. при прыжках в длину с места. Упражнять в перебрасывании мешочков через шнур. |  |  |
| 2 | Комнатные растения | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, ходьбе и беге с выполнением задания. Упражнять в прокатывании мячей между предметами, в ползании по г/ск. на четвереньках, в ходьбе по г/ск с мешочком на голове. |  |  |
| 3 | Домашние помощники (бытовая техника) | Учить лазать по наклонной лестнице, закреплять умение сохранять равновесие в ходьбе по наклонной доске. Учить лазанью по гимнастической стенке |  |  |
| 4 | Наша армия (военные профессии) | Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления по сигналу, в прыжках в длину с места, прокатывании мяча друг другу. |  |  |
| Март |
| 1 | О любимых мамах и бабушках | Закрепить ходьбу по г/ск приставным шагом, прыжки в длину с места, метание мяча в горизонтальную цель. |  |  |
| 2 | Город мастеров (профессии) | Закреплять умение принимать правильное и.п. в прыжках в длину с места, в метании мешочков в горизонтальную цель. |  |  |
| 3 | Народная культура, традиции (фольклор) | Учить энергичному замаху при метании мешочков на дальность. Упражнять в ползании по г/ск на ладонях и коленях.  |  |  |
| 4 | Неделя театра | Учить лазанью по г/ст., в ходьбе по г/ск. |  |  |
| Апрель |
| 1 | Весна (растения, кустарники, деревья) | Упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную, в прыжках в длину с места, в ходьбе по г/ск боком.  |  |  |
| 2 | Неделя здоровья | Развивать умение ходить и бегать со сменой ведущего, упражнять в прыжках в длину с места, приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель. |  |  |
| 3 | Земля – наш общий дом | Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, закреплять умение метать в вертикальную цель, упражнять в ползании по скамейке. |  |  |
| 4 | Животные Севера и жарких стран | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с выполнением заданий, продолжать учить лазанью по гимнастической стенке, закреплять умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. |  |  |
| Май |
| 1 | День Победы | Учить прыжкам через скакалку. Упражнять в лазанье по г/ст. Закреплять умение метать в горизонтальную цель. |  |  |
| 2 | Насекомые  | Упражнять в ходьбе и б по г/ск..его колонной по одному с выполнением задания, продолжать учить лазанью по г/ст., в сохранении равновесия при ходьбе. |  |  |
| 3 | Подводный мир | Упражнять в ходьбе и беге со сменой ведущего, между предметами. Упражнять в метании на дальность, в прыжках в длину, в высоту с места.  |  |  |
| 4 | Дорожная азбука | Упражнять в ходьбе и беге, в метании в вертикальную цель, в подлезании под дугу, в прыжках с продвижением вперёд. |  |  |

* **Календарно-тематическое планирование в старшей группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | Тема | Задачи | План | Факт |
| Сентябрь |
| 1 | Наш любимый детский сад | Повторить ходьбу и бег в колонне по одному между предметами. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по уменьшенной площади опоры с преодолением препятствий. Развивать глазомер и точность движений при перебрасывании мячей друг другу. Упражнять в прыжках с продвижением вперёд. |  |  |
| 2 | Какими мы бываем (эмоции, характер) | Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета. Упражнять в перебрасывании мяча и ползании на четвереньках. |  |  |
| 3 | Игрушка | Повторить ходьбу и бег в колонне по одному между предметами. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по уменьшенной площади опоры с преодолением препятствий. Развивать глазомер и точность движений при перебрасывании мячей друг другу. Упражнять в прыжках с продвижением вперёд. |  |  |
| 4 | Дары осени | Развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета. Упражнять в непрерывном беге до 1.5 минут, в отбивании мяча об пол одной рукой и ловле двумя руками. Учить передавать мяч двумя руками назад, стоя в колонне. |  |  |
| Октябрь |
| 1 | Витамины на грядке | Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1.5 минут. Упражнять в бросании мяча о стенку. Повторить игровые упражнения с прыжками на двух ногах. Развивать координацию движений и глазомер. |  |  |
| 2 | Весёлое подворье (домашние животные и птицы) | Учить ходить с изменением темпа движений по сигналу. Упражнять в беге с перешагиванием через предметы. Учить пролезать в обруч боком, не задевая верхний край. |  |  |
| 3 | Птицы (перелётные и зимующие) | Учить ходить в колонне по два, повторить непрерывный бег до 1.5минут. Упражнять в ходьбе по г/сг/к приставному шагу. Упражнять в перебрасывании мяча. |  |  |
| 4 | Краски осени (растения, кустарники, деревья) | Учить ходить в колонне по два, непрерывный бег до 1.5 минут. Закрепить навыки ходьбы с высоким подниманием колен. Учить прокатывать мяч ногой, вести мяч правой и левой рукой. |  |  |
| Ноябрь |
| 1 | Родная страна (где мы живём) | Разучить во время ходьбы по одному поворот по сигналу, закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки. Повторить упражнения с перебрасыванием мяча друг другу и переползание через препятствия.  |  |  |
| 2 | Одежда, обувь, головные уборы | Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением направления движения, упражнять в беге врассыпную. Развивать координацию и глазомер при метании мяча в цель. Упражнять в подлезании под дугу и сохранении устойчивого равновесия. |  |  |
| 3 | Семья, семейные традиции | Упражнять в повороте во время движения колонной по одному, в ходьбе и беге колонной по два, закрепить навыки пролезания в обруч боком, упражнять в равновесии и прыжках. |  |  |
| 4 | Дикие животные | Упражнять в повороте во время движения колонной по одному, в ходьбе и беге колонной по два, закрепить навыки пролезания в обруч боком, упражнять в равновесии и прыжках. |  |  |
| Декабрь |
| 1 | Здравствуй, Зимушка – зима! | Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колена, разучить упражнения с перекладыванием мяча из одной руки в другую при ходьбе по г/ск.. Развивать ловкость и координацию движений, упражнять в перебрасывании мяча. |  |  |
| 2 | Едим, плывём, летим (транспорт, спецтехника) | Закрепить навыки ходьбы с изменением направления движения. Ходьба и бег между предметами, упражнять в прыжках на правой и левой ноге попеременно, в ползании по скамейке на животе, в ведении мяча между предметами. |  |  |
| 3 | Будь, осторожен! (ОБЖ) | Закрепить навыки бега с перешагиванием через предметы, с изменением темпа. Закрепить навыки ведения мяча в ходьбе с продвижением вперёд до обозначенного места. |  |  |
| 4 | Новогодние чудеса | Упражнять в медленном непрерывном беге до 1.5 минут, в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить подлезание под шнур боком. |  |  |
| Январь |
| 1 | Зимние забавы (неделя игр) | Упражнять детей в беге колонной по одному, соблюдая дистанцию. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, в подбрасывании и ловле мяча. |  |  |
| 2 | Юные волшебники (неделя творчества) | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по г/ск на животе, подтягиваясь двумя руками. |  |  |
| 3 | Зимушка хрустальная (неделя экспериментирования) | Развивать ритмичность ходьбы на лыжах, упражнять в прыжках на двух ногах, закрепить навык метания снежков по цели. |  |  |
| Февраль |
| 1 | Наш дом (мебель) | Учить лазанью по гимнастической стенке, ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, упражнять в прыжках на двух ногах между кеглями. Упражнять в забрасывании мяча в кольцо. |  |  |
| 2 | Комнатные растения | Продолжать отрабатывать навык ходьбы и бега, упражнять в ползании на четвереньках, в прокатывании мяча впереди себя головой. |  |  |
| 3 |  Домашние помощники (бытовая техника) | Повторить ходьбу и бег между кеглями, упражнять в прыжках на двух ногах, повторить игровые упражнения с бегом и метанием. Продолжать учить лазанью по гимнастической стенке, не пропуская реек. |  |  |
| 4 | Наша армия (военные профессии) | Продолжать учить лазанью по г/ст., сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Упражнять в забрасывании мяча в корзину. |  |  |
| Март |
| 1 | О любимых мамах и бабушках | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1ё.5 минут, продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. |  |  |
| 2 | Город мастеров (профессии) | Упражнять в ходьбе колонной по одному с изменением направления движения по сигналу, учить ходить по канату с мешочком на голове, упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяч друг другу, развивать ловкость. |  |  |
| 3 | Народная культура, традиции (фольклор) | Упражнять в ходьбе колонной по одному с изменением направления движения по сигналу, учить ходить по канату с мешочком на голове, упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяч друг другу, развивать ловкость. |  |  |
| 4 | Неделя театра | Разучить прыжок в высоту с разбега. Упражнять в ходьбе со сменой темпа движения, в ходьбе и беге врассыпную, в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. |  |  |
| Апрель |
| 1 | Весна (растения, кустарники, деревья) | Отрабатывать навык ходьбы с перестроением в пары и обратно в колонну по одному, продолжать учить метанию в горизонтальную цель, упражнять в подлезании под рейку, не задевая верхний край и в равновесии. |  |  |
| 2 | Неделя здоровья | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по г/ск., упражнять в прыжках и метании в вертикальную цель. |  |  |
| 3 | Земля наш общий дом | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, разучить прыжки с короткой скакалкой, упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. |  |  |
| 4 | Животные Севера и жарких стран | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу, в беге врассыпную, закреплять и.п. при метании мешочков в вертикальную цель, упражнять в ползании и равновесии. |  |  |
| Май |
| 1 | День Победы | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, разучить прыжки с короткой скакалкой, упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. |  |  |
| 2 | Насекомые | Упражнять в ходьбе и беге в среднем темпе, парами с поворотом в другую сторону. Упражнять в перешагивании через набивные мячи на г/ск., отрабатывать навык бросания мяча о стенку. |  |  |
| 3 | Подводный мир  | Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через предметы, разучить прыжок в длину с разбега, упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье. |  |  |
| 4 | Дорожная азбука | Упражнять в ходьбе и беге с замедлением и ускорением темпа движения, закрепить навык ползания по г/ск. на животе. |  |  |

* **Календарно-тематическое планирование в подготовительной группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | Тема | Задачи | План | Факт |
| Сентябрь |
| 1 | Наш любимый детский сад | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в умении переходить с бега на ходьбу. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре, развивать точность движений при переброски мяча. |  |  |
| 2 | Какими мы бываем (эмоции, характер) | Упражнять в равномерном беге с соблюдением заданной дистанции, развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета, повторить упражнения на перебрасывание мяча и подлезании под шнур. |  |  |
| 3 | Игрушка | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в умении переходить с бега на ходьбу. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре, развивать точность движений при переброске мяча. |  |  |
| 4 | Дары осени (фрукты, овощи, грибы, хлеб) | Упражнять в равномерном беге с соблюдением заданной дистанции, повторить упражнения на перебрасывание мяча и подлезание под шнур. Повторить упражнения на ползание по скамейке. |  |  |
| Октябрь |  |
| 1 | Витамины на грядках | Упражнять в чередовании ходьбы и бега, развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в беге между предметами. Закрепить ползание на скамейке на животе. |  |  |
| 2 | Весёлое подворье (домашние животные и птицы) | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в лазанье по г/ст., развивать координацию движений при перешагивании через предметы, повторить прыжки на двух ногах. |  |  |
| 3 | Птицы (перелётные и зимующие) | Закрепить навыки ходьбы и бега между предметами, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре, в прыжках и бросании мяча. |  |  |
| 4 | Краски осени (растения, кустарники, деревья) | Упражнять в беге с преодолением препятствий, в переброске мяча через шнур, прокатывании обручей и прыжках. Отрабатывать навыки приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, развивать координацию движений в упражнениях с мячом. |  |  |
| Ноябрь |  |
| 1 | Родная страна (где мы живём) | Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в ведении мяча в движении, в переползании на четвереньках, в равновесии. |  |  |
| 2 | Одежда, обувь, головные уборы | Повторить бег в среднем темпе до 1.5 минут, развивать точность броска, упражнять в прыжках, развивать координацию движений в упражнении на равновесие.  |  |  |
| 3 | Семья, семейные традиции  | Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, разучить ходьбу по канату, упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур. Повторить эстафету с мячом. |  |  |
| 4 | Дикие животные | Повторить ходьбу колонной по одному с остановкой по сигналу, бег в умеренном темпе, упражнять в прыжках, метании мяча. |  |  |
| Декабрь |
| 1 | Здравствуй, Зимушка – зима! | Закрепить навыки ходьбы и бега парами, ходьбы с выполнением задания, бега с преодолением препятствий, разучить прыжки через короткую скакалку, повторить упражнения в подлезании под шнур и прокатывании обручей. Повторить игровые упражнения с прыжками и мячом. |  |  |
| 2 | Едим, плывём, летим (транспорт, спецтехника) | Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, змейкой, разучить упражнение – бросать мешочки в горизонтальную цель, закрепить навык ползания по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Разучить переход по диагонали на другой пролёт при лазании по гим. стенке. |  |  |
| 3 | Будь, осторожен! (ОБЖ) | Закрепить навыки ходьбы змейкой, упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках и равновесии.  |  |  |
| 4 | Новогодние чудеса | Закрепить навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, бега с преодолением препятствий, развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. |  |  |
| Январь |
| 1 | Зимние забавы (неделя игр) | Закреплять навыки ходьбы и бега, развивать координацию движений при переменном подпрыгивании на правой и левой ноге, упражнять в переползании и равновесии. Упражнять в перебрасывании шайбы друг другу. |  |  |
| 2 | Юные волшебники (неделя творчества) | Повторить приставной шаг, упражнять в прыжках, в беге с поворотами, учить сохранять правильную осанку в упражнениях на равновесие. |  |  |
| 3 | Зимушка хрустальная (неделя экспериментирования) | Повторить приставной шаг, упражнять в прыжках, в беге с поворотами, учить сохранять правильную осанку в упражнениях на равновесие. |  |  |
| Февраль |
| 1 | Наш дом (мебель) | Закреплять навыки перестроения из одной колонны в две по ходу движения, навыки переползания по г/ск.. Разучить прыжки на мягкое покрытие, развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с мячом. |  |  |
| 2 | Комнатные растения | Закреплять навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением здания по сигналу, метания в цель. Упражнять в лазаньи по доске и г/ст., закрепить умение отталкиваться от пола и приземляться.  |  |  |
| 3 | Домашние помощники (бытовая техника) | Закрепить навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения. Закрепить навыки энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие, развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель. |  |  |
| 4 | Наша армия (военные профессии) | Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения. Закрепить навыки энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие, развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке. |  |  |
| Март |
| 1 | О любимых мамах и бабушках | Закрепить навыки ходьбы и бега в чередовании, упражнять в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры, развивать координацию движений при выполнении прыжков, ловкость в упражнениях с мячом. |  |  |
| 2 | Город мастеров (профессии) | Закрепить навыки перестроения из колонны по одному в колонну по два, упражнять в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, развивать глазомер и точность попадания при метании. |  |  |
| 3 | Народная культура, традиции (фольклор) | Закрепить навыки построения в колонну по два в движении, развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель и прокатывании обруча друг другу. |  |  |
| 4 | Неделя театра | Упражнять в беге до 3-х минут, закреплять навыки лазанья по гм/ст., упражнять в сохранении устойчивого равновесия в прыжках. |  |  |
| Апрель |
| 1 | Весна (растения, кустарники, деревья) | Закрепить навыки ходьбы с изменением направления движения, бег с высоким подниманием бедра, развивать координацию движений в прыжках с продвижением вперёд, разучить ходьбу по ограниченной площади опоры.  |  |  |
| 2 | Неделя здоровья | Разучить ходьбу по кругу во встречном направлении, закрепить навыки метания в вертикальную цель, упражнять в ползании по гм/скамейке. |  |  |
| 3 | Земля – наш общий дом | Разучить ходьбу по кругу во встречном направлении, закрепить навыки метания в вертикальную цель, упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии. |  |  |
| 4 | Животные Севера и жарких стран | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу воспитателя, закрепить навыки лазанья по гимнастической стенке одноимённым способом, упражнять в прыжках через короткую скакалку, в сохранении равновесия при ходьбе по канату. |  |  |
| Май |  |
| 1 | День Победы | Повторить разные виды ходьбы и бега, упражнять в равновесии и прыжках. Разучить бег на скорость, упражнять в перебрасывании мяча в шеренгах. |  |  |
| 2 | Насекомые | Упражнять в беге на скорость, в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча в шеренгах. |  |  |
| 3 | Подводный мир | Повторить челночный бег, закрепить навыки бега с преодолением препятствий, навыки метания малого мяча на дальность. |  |  |
| 4 | Дорожная азбука | Разучить бег со средней скоростью на 100 метров. Закрепить навыки забрасывания мяча в корзину двумя руками, ведения мяча одной рукой. |  |  |

* **Календарно-тематическое планирование в логопедической старшей группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | Тема | Задачи | План | Факт |
| Сентябрь |
| 1 | Детский сад – волшебная страна | Повторить ходьбу и бег в колонне по одному между предметами. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по уменьшенной площади опоры с преодолением препятствий. Развивать глазомер и точность движений при перебрасывании мячей друг другу. Упражнять в прыжках с продвижением вперёд. |  |  |
| 2 | Какими мы бываем | Упражнять в ходьбе и беге между предметами. Развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета. Упражнять в перебрасывании мяча и ползании на четвереньках. |  |  |
| 3 | Игрушки «В кукольном театре» | Повторить ходьбу и бег в колонне по одному между предметами. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по уменьшенной площади опоры с преодолением препятствий. Развивать глазомер и точность движений при перебрасывании мячей друг другу. Упражнять в прыжках с продвижением вперёд. |  |  |
| 4 | Овощи «Собираем урожай овощей» | Развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета. Упражнять в непрерывном беге до 1.5 минут, в отбивании мяча об пол одной рукой и ловле двумя руками. Учить передавать мяч двумя руками назад, стоя в колонне. |  |  |
| Октябрь |
| 1 | Фрукты «Готовим припасы на зиму» | Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1.5 минут. Упражнять в бросании мяча о стенку. Повторить игровые упражнения с прыжками на двух ногах. Развивать координацию движений и глазомер. |  |  |
| 2 | Деревья осенью«В лес за грибами» | Учить ходить с изменением темпа движений по сигналу. Упражнять в беге с перешагиванием через предметы. Учить пролезать в обруч боком, не задевая верхний край. |  |  |
| 3 | Грибы «Собираем грибы» | Учить ходить в колонне по два, повторить непрерывный бег до 1.5минут. Упражнять в ходьбе по г/сг/к приставному шагу. Упражнять в перебрасывании мяча. |  |  |
| 4 | Осень «В гости к осени» | Учить ходить в колонне по два, непрерывный бег до 1.5 минут. Закрепить навыки ходьбы с высоким подниманием колен. Учить прокатывать мяч ногой, вести мяч правой и левой рукой. |  |  |
| Ноябрь |
| 1 | Предметы гигиены. Наше тело.«Познай себя» | Разучить во время ходьбы по одному поворот по сигналу, закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании со скамейки. Повторить упражнения с перебрасыванием мяча друг другу и переползание через препятствия.  |  |  |
| 2 | Семья «Дружная семейка» | Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением направления движения, упражнять в беге врассыпную. Развивать координацию и глазомер при метании мяча в цель. Упражнять в подлезании под дугу и сохранении устойчивого равновесия. |  |  |
| 3 | Одежда, обувь, головные уборы «Я - модель» | Упражнять в повороте во время движения колонной по одному, в ходьбе и беге колонной по два, закрепить навыки пролезания в обруч боком, упражнять в равновесии и прыжках. |  |  |
| 4 | Домашние птицы «На птичьем дворе». Продукты питания «Супермаркет» | Упражнять в повороте во время движения колонной по одному, в ходьбе и беге колонной по два, закрепить навыки пролезания в обруч боком, упражнять в равновесии и прыжках. |  |  |
| Декабрь |
| 1 | Посуда «Федорино горе» | Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колена, разучить упражнения с перекладыванием мяча из одной руки в другую при ходьбе по г/ск.. Развивать ловкость и координацию движений, упражнять в перебрасывании мяча. |  |  |
| 2 | Наш дом. Мебель. | Закрепить навыки ходьбы с изменением направления движения. Ходьба и бег между предметами, упражнять в прыжках на правой и левой ноге попеременно, в ползании по скамейке на животе, в ведении мяча между предметами. |  |  |
| 3 | Бытовые электроприборы«Поговорим об электроприборах» | Закрепить навыки бега с перешагиванием через предметы, с изменением темпа. Закрепить навыки ведения мяча в ходьбе с продвижением вперёд до обозначенного места. |  |  |
| 4 | Зима. Новый год. «Новый год каждый день» | Упражнять в медленном непрерывном беге до 1.5 минут, в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить подлезание под шнур боком. |  |  |
| Январь |
| 1 | Зимующие птицы | Упражнять детей в беге колонной по одному, соблюдая дистанцию. Упражнять в перебрасывании мяча друг другу, в подбрасывании и ловле мяча. |  |  |
| 2 | Домашние животные и их детёныши«На скотном дворе» | Отрабатывать навыки ходьбы и бега по кругу, взявшись за руки, с поворотом. Разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперёд, упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, в подбрасывании и ловле мяча. |  |  |
| 3 | Дикие животные и их детёныши«В зоопарке» | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, закреплять умение ловить мяч, развивать ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. |  |  |
| 4 | Животные холодных стран«Путешествие в Арктику» | Развивать ритмичность ходьбы на лыжах, упражнять в прыжках на двух ногах, закрепить навык метания снежков по цели. |  |  |
| Февраль |
| 1 | Транспорт«Машины на наших улицах» | Учить лазанью по гимнастической стенке, ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом, упражнять в прыжках на двух ногах между кеглями. Упражнять в забрасывании мяча в кольцо. |  |  |
| 2 | Профессии«Все работы хороши – выбирай на вкус» | Продолжать отрабатывать навык ходьбы и бега, упражнять в ползании на четвереньках, в прокатывании мяча впереди себя головой. |  |  |
| 3 |  Наша армия. Военные профессии.«Военные на учениях» | Повторить ходьбу и бег между кеглями, упражнять в прыжках на двух ногах, повторить игровые упражнения с бегом и метанием. Продолжать учить лазанью по гимнастической стенке, не пропуская реек. |  |  |
| 4 | Весна. Приметы весны«Птицы на крыльях весну принесли» | Продолжать учить лазанью по г/ст., сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Упражнять в забрасывании мяча в корзину. |  |  |
| Март |
| 1 | Мамин праздник «Мамины помощники» | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1ё.5 минут, продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске. Упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. |  |  |
| 2 | Деревья и кустарники | Упражнять в ходьбе колонной по одному с изменением направления движения по сигналу, учить ходить по канату с мешочком на голове, упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяч друг другу, развивать ловкость. |  |  |
| 3 | Цветы«Первоцветы весной» | Упражнять в ходьбе колонной по одному с изменением направления движения по сигналу, учить ходить по канату с мешочком на голове, упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяч друг другу, развивать ловкость. |  |  |
| 4 | Насекомые«Путешествие в мир насекомых» | Разучить прыжок в высоту с разбега. Упражнять в ходьбе со сменой темпа движения, в ходьбе и беге врассыпную, в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. |  |  |
| Апрель |
| 1 | Перелётные птицы | Отрабатывать навык ходьбы с перестроением в пары и обратно в колонну по одному, продолжать учить метанию в горизонтальную цель, упражнять в подлезании под рейку, не задевая верхний край и в равновесии. |  |  |
| 2 | Животные жарких стран | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по г/ск., упражнять в прыжках и метании в вертикальную цель. |  |  |
| 3 | Рыбы | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, разучить прыжки с короткой скакалкой, упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. |  |  |
| Май |
| 1 | День Победы | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, разучить прыжки с короткой скакалкой, упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. |  |  |
| 2 | Лето. Времена года«Весну провожаем, лето встречаем» | Упражнять в ходьбе и беге в среднем темпе, парами с поворотом в другую сторону. Упражнять в перешагивании через набивные мячи на г/ск., отрабатывать навык бросания мяча о стенку. |  |  |
| 3 | Спортивное развлечение «Ловкие, сильные, смелые» | Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через предметы, разучить прыжок в длину с разбега, упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье. |  |  |
| 4 |  Спортивный праздник«В стране сказок» | Упражнять в ходьбе и беге с замедлением и ускорением темпа движения, закрепить навык ползания по г/ск. на животе. |  |  |

* **Календарно-тематическое планирование в логопедической подготовительной к школе группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Неделя | Тема | Задачи | План | Факт |
| Сентябрь |  |
| 1 | Наш детский сад | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в умении переходить с бега на ходьбу. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре, развивать точность движений при переброски мяча. |  |  |
| 2 | Дружба | Упражнять в равномерном беге с соблюдением заданной дистанции, развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета, повторить упражнения на перебрасывание мяча и подлезании под шнур. |  |  |
| 3 | Овощи. Труд взрослых на полях и в огороде.«Собираем урожай овощей» | Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в умении переходить с бега на ходьбу. Упражнять в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре, развивать точность движений при переброске мяча. |  |  |
| 4 | Фрукты. Труд взрослых в садах.«Готовим припасы на зиму» | Упражнять в равномерном беге с соблюдением заданной дистанции, повторить упражнения на перебрасывание мяча и подлезание под шнур. Повторить упражнения на ползание по скамейке. |  |  |
| Октябрь |  |
| 1 | «Откуда хлеб пришёл?» | Упражнять в чередовании ходьбы и бега, развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в беге между предметами. Закрепить ползание на скамейке на животе. |  |  |
| 2 | Игрушки. Русская народная игрушка. «Ярмарка народных промыслов» | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в лазанье по г/ст., развивать координацию движений при перешагивании через предметы, повторить прыжки на двух ногах. |  |  |
| 3 | Осень. «В гости к осени» | Закрепить навыки ходьбы и бега между предметами, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре, в прыжках и бросании мяча. |  |  |
| 4 | Лиственные и хвойные деревья осенью | Упражнять в беге с преодолением препятствий, в переброске мяча через шнур, прокатывании обручей и прыжках. Отрабатывать навыки приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, развивать координацию движений в упражнениях с мячом. |  |  |
| Ноябрь |  |
| 1 | Лес. Грибы. Ягоды.«Прогулка в лес» | Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в ведении мяча в движении, в переползании на четвереньках, в равновесии. |  |  |
| 2 | Перелётные птицы. Зимующие птицы.«Птицы - наши друзья» | Повторить бег в среднем темпе до 1.5 минут, развивать точность броска, упражнять в прыжках, развивать координацию движений в упражнении на равновесие.  |  |  |
| 3 | Одежда. Обувь. Головные уборы. | Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, разучить ходьбу по канату, упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур. Повторить эстафету с мячом. |  |  |
| 4 | Семья. Мебель. | Повторить ходьбу колонной по одному с остановкой по сигналу, бег в умеренном темпе, упражнять в прыжках, метании мяча. |  |  |
| Декабрь |  |
| 1 | Посуда | Закрепить навыки ходьбы и бега парами, ходьбы с выполнением задания, бега с преодолением препятствий, разучить прыжки через короткую скакалку, повторить упражнения в подлезании под шнур и прокатывании обручей. Повторить игровые упражнения с прыжками и мячом. |  |  |
| 2 | Продукты питания | Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу, змейкой, разучить упражнение – бросать мешочки в горизонтальную цель, закрепить навык ползания по гимнастической скамейке с мешочком на спине. Разучить переход по диагонали на другой пролёт при лазании по гим. стенке. |  |  |
| 3 | Зима. Зимние забавы | Закрепить навыки ходьбы змейкой, упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках и равновесии.  |  |  |
| 4 | Новый год. Ёлка.«Новый год каждый день» | Закрепить навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, бега с преодолением препятствий, развивать координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. |  |  |
| Январь |  |
| 2 | Бытовые электроприборы  | Закреплять навыки ходьбы и бега, развивать координацию движений при переменном подпрыгивании на правой и левой ноге, упражнять в переползании и равновесии. Упражнять в перебрасывании шайбы друг другу. |  |  |
| 3 | Домашние и дикие животные | Повторить приставной шаг, упражнять в прыжках, в беге с поворотами, учить сохранять правильную осанку в упражнениях на равновесие. |  |  |
| 4 | Животные севера.. | Повторить приставной шаг, упражнять в прыжках, в беге с поворотами, учить сохранять правильную осанку в упражнениях на равновесие. |  |  |
| 4 | Животные жарких стран  | Повторить приставной шаг, упражнять в прыжках, в беге с поворотами, учить сохранять правильную осанку в упражнениях на равновесие. |  |  |
| Февраль |  |
| 1 | Транспорт«Машины на улицах» | Закреплять навыки перестроения из одной колонны в две по ходу движения, навыки переползания по г/ск.. Разучить прыжки на мягкое покрытие, развивать ловкость и координацию движений в упражнениях с мячом. |  |  |
| 2 | Профессии.«Все работы хороши – выбирай на вкус» | Закреплять навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением здания по сигналу, метания в цель. Упражнять в лазаньи по доске и г/ст., закрепить умение отталкиваться от пола и приземляться.  |  |  |
| 3 | Наша Армия. Военные профессии.«Военные на учениях» | Закрепить навыки ходьбы с выполнением задания по сигналу, упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения. Закрепить навыки энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие, развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель. |  |  |
| 4 | Рыбы: речные, морские, аквариумные.«В подводном царстве» | Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения. Закрепить навыки энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствие, развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель. Упражнять в ползании по гимнастической скамейке. |  |  |
| Март |  |
| 1 | Мамин праздник. «Мамины помощники» | Закрепить навыки ходьбы и бега в чередовании, упражнять в сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры, развивать координацию движений при выполнении прыжков, ловкость в упражнениях с мячом. |  |  |
| 2 | Весна. Приметы весны.«Птицы на крыльях весну принесли» | Закрепить навыки перестроения из колонны по одному в колонну по два, упражнять в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги в прыжках, развивать глазомер и точность попадания при метании. |  |  |
| 3 | Деревья, кустарники весной. | Закрепить навыки построения в колонну по два в движении, развивать ловкость и глазомер при метании в горизонтальную цель и прокатывании обруча друг другу. |  |  |
| 4 | Театр. Профессии в театре | Упражнять в беге до 3-х минут, закреплять навыки лазанья по гм/ст., упражнять в сохранении устойчивого равновесия в прыжках. |  |  |
| Апрель |
| 1 | Наш город. Моя ул«Путешествие по улицам города»ица | Закрепить навыки ходьбы с изменением направления движения, бег с высоким подниманием бедра, развивать координацию движений в прыжках с продвижением вперёд, разучить ходьбу по ограниченной площади опоры.  |  |  |
| 2 | Космос. День космонавтики | Разучить ходьбу по кругу во встречном направлении, закрепить навыки метания в вертикальную цель, упражнять в ползании по гм/скамейке. |  |  |
| 3 | Цветы | Закрепить навыки ходьбы с изменением направления движения, бег с высоким подниманием бедра, развивать координацию движений в прыжках с продвижением вперёд, разучить ходьбу по ограниченной площади опоры. |  |  |
| 4 | Насекомые. Перелётные птицы | Упражнять в равномерном беге с соблюдением заданной дистанции, развивать координацию движений в прыжках с доставанием предмета, повторить упражнения на перебрасывание мяча и подлезании под шнур. |  |  |
| Май |  |
| 1 | День Победы | Повторить разные виды ходьбы и бега, упражнять в равновесии и прыжках. Разучить бег на скорость, упражнять в перебрасывании мяча в шеренгах. |  |  |
| 2 | Школа. Школьные принадлежности | Упражнять в беге на скорость, в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча в шеренгах. |  |  |
| 3 | ЛетоСпортивное развлечение «Смелые, ловкие, сильные» | Повторить челночный бег, закрепить навыки бега с преодолением препятствий, навыки метания малого мяча на дальность. |  |  |
| 4 | Мы уходим завтра в школу | Разучить бег со средней скоростью на 100 метров. Закрепить навыки забрасывания мяча в корзину двумя руками, ведения мяча одной рукой. |  |  |

1. **СОЦИАЛЬНОЕ ПАРТНЕРСТВО С РОДИТЕЛЯМИ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Формы сотрудничества** |
| Сентябрь | «Здоровьесберегающие педагогические технологии, используемые в ДОО №98» Информация в уголки для родителей.«Физическая культура в семье» Анкетирование.«Спортивные секции. Когда их можно посещать?» Консультация.Индивидуальные беседы по вопросам физического воспитания.  |
| Октябрь | «Нетрадиционные методы работы с детьми по профилактике заболеваний в семье» Рекомендации. «Воспитание дружеских отношений в игре» Консультация.Домашние задания для детей и их родителей по закреплению основных видов движений. |
| Ноябрь | «Природные факторы и их значение в закаливании организма ребёнка» Групповые консультации.«Дыхательная и звуковая гимнастика» Лекция для родителей детей логопедических групп.Домашние задания для детей и их родителей по закреплению основных видов движений. |
| Декабрь | «Вечерние игры для детей» Семинар-практикум.«Осанка – это важно» Лекция.Домашние задания для детей и их родителей по закреплению основных видов движений. |
| Январь | «Как развить движения ребёнка» Тематическая выставка.«Значение физического воспитания для правильного развития детей», «Организация досуга» Лекции.Домашние задания для детей и их родителей по закреплению основных видов движений. |
| Февраль | «А ну-ка, папы» Спортивный досуг для родителей и детей старшего дошкольного возраста.Домашние задания для детей и их родителей по закреплению основных видов движений. |
| Март | «А ну-ка, мамы!» Спортивный досуг для родителей и детей старшего дошкольного возраста.Домашние задания для детей и их родителей по закреплению основных видов движений. |
| Апрель | «День открытых дверей» Просмотр и обсуждение физкультурно-оздоровительных занятий. |
| Май | «Здоровье в наших руках» Деловая игра (для родителей детей 6-7лет).«Спорт – это здоровье, сила, красота, смех» Спортивный праздник (для детей6-7 лет и их родителей). |

**5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Технологии и методические пособия** | 1.Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет / Л.И Пензулаева. - М., Просвещение, 1988. 2.Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет / Л.И Пензулаева. - М., Просвещение, 1988. 3.Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет / Л.И Пензулаева. - М., Просвещение, 1988.4.Спортивные игры и упражнения в детском саду / Э.Й. Адашкявичене - М., Просвещение, 1992.5.Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет / Г.А. Прохорова. – М., Айрис-пресс, 2004.6.Подвижные игры детей / И.М. Коротков. – М., Сов. Россия,2007. 7.Физическая культура – дошкольникам / Л.Д. Глазырина. – Владос,2005.8.Физическая культура в дошкольном детстве / Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. – М., Просвещение, 2004.9.Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет / К.К. Утробина. – М., ГНОМ и Д, 2005.10.Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет / К.К. Утробина. – М., ГНОМ и Д., 2005.11.Игры с элементами спорта / Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. - М., ГНОМ и Д, 2004.12.Необычные физкультурные занятия для дошкольников / Е.И. Подольская. – Волгоград, Учитель, 2010.13.Игры детей мира / Т.И Линго. – Ярославль, «Академия развития», 2008.14.Физкультурная минутка. Динамические упражнения для детей 3-5 лет / Е.А. Каралашвили. - М., ТЦ Сфера, 200215.Физкультурная минутка. Динамические упражнения для детей 6-10 лет / Е.А. Каралашвили. - М., ТЦ Сфера, 200216.Физкультурные упражнения, подвижные игры на свежем воздухе для детей логопедической группы (ОНР)./ Ю.А.Кирилова - СПб., Детство-пресс, 2005.17.Спортивные праздники и развлечения для дошкольников / В.Я. Лысова. – М., АРКТИ, 2000.18.Физкультурные праздники в детском саду. / Н.Н. Луконина. - М., Айрис- пресс, 2006.19.Развивающая педагогика оздоровления / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. - М., Линка-Пресс, 2000.20.Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская. – М., Просвещение, 2003.21.Здоровьесберегающие технологии вДОУ / Л.В. Гаврючина. М., ТЦ Сфера, 2008.22.Формирование представлений о здоровом образе жизни дошкольников / И.М. Новикова. – М., Мозаика-Синтез, 2009.Здоровячок / Т.С. Никанорова, Е.М. Сергиенко. – Воронеж, 2007.23.Оздоровительная работа в ДОУ / Г.А. Широкова. - Ростов н/д: Феникс, 2009.24.Оздоровление детей в условиях детского сада / Л.В. Кочеткова. - М., ТЦ Сфера, 2008.25.Растем здоровыми / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. – М. Просвещение,2003.26.Беседы о здоровье / Т.А. Шорыгина. - М., ТЦ Сфера, 2005.Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет / М.Ю.Картушина. - М., ТЦ Сфера, 2004.27.Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста / Г.В. Каштанова. – М., АРКТИ, 2007.28.Уроки Мойдодыра / Г.К. Зайцев. – СПб., «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2003.29.Режим дня в детском саду /Т.Л. Богина, Н.Т. Терехова30. Физическое и речевое развитие дошкольников/Е.Н.Вареник, З.А.Карлыхалова. М., ТЦ Сфера, 200931. Зеленый огонёк здоровья. М.Ю.Картушина. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008.32. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет. М.Ю. Картушина. М., ТЦ Сфера.33. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми (младший, средний, старший возраст). Т.М. Бондаренко. Воронеж. 2012.34.Батурина Е.Г. Сборник игр к «программе воспитания в детскомсаду» М.: Просвещение 1974г.35. Быкова А.И. «Обучение детей дошкольного возраста к основнымдвижениям» М.: Просвещение 1961 г.36. С.Я. Лайзане. «Физическая культура для малышей.» М.:«Просвещение» 1987 г.37. В.Г. Фролов. «Физкультурные занятия, игры и упражнения напрогулке» М.: «Просвещение» 1986 г.38. В.Г. Фролов. Г.П. Юрко. «Физкультурные занятия на воздухе сдетьми дошкольного возраста» М.: «Просвещение» 1983 г.39. Т.М. Бондаренко «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОУ» Воронеж 2012г.40. Т.М. Бондаренко «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОУ» Воронеж 2012г.41. Т.М. Бондаренко «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОУ» Воронеж 2012г.42. Т.М. Бондаренко «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7лет в ДОУ» Воронеж 2012г.43. Е.А. Алябьева «Нескучная гимнастика» Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет М; ТЦ Сфера, 2015г.44. С.С. Бычкова. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста. – Издательство «АРКТИ», 2001.45. Е.А. Мартынова, Н.А. Давыдова, Н.Р. Кислюк. Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет. Программа «Детство». – Волгоград: Учитель, 2016.46. Т.С. Грядкина. Образовательная область «Физическая культура». Как работать по программе «Детство». – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012.47. Ю.А. Кирилова «Примерная программа физического образования и воспитания детей логопедических групп с ОНР с 3 до 7 лет» - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.48. Н.В. Нищева «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики» - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2008.49. Н.Г.Метельская «100 физкультминуток на логопедических занятиях» М; ТЦ Сфера, 2010г. |

**Для физического развития имеется** оборудование для физической активности детей – мини – стадионы, гимнастические лестницы, ребристые доски, массажные коврики, тренажёры, атрибуты к подвижным и спортивным играм и другое.

Приложение № **1 Перспективное планирование ОД по физической культуре с детьми 3-4 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ходьба | Строевые упражнения | Бег | ОРУ | Метание | Лазанье | Прыжки | Равновесие | Подвижные игры |
| сентябрь | Ходьба группами в прямом направлении, стайкой, в колонне | Построение в колонну | Бег группами, стай кой | Б/п. С погремушками | Ката ние мяча друг другу | Ползание на четвереньках, с опорой на ладони и колени | На двух ногах на месте |  | «Бегите ко мне», «Догони мяч», «Найди свой домик» |
| октябрь | Ходьба по кругу, с остановкой по сигналу. Ходьба вокруг мяча. Ходьба в колонне по одному на носках | Построение в колонну, в круг | По кругу, с оста-нов-кой по сигналу | С кубиками, б/п. С большими мячами, упражнения со стульями | Катание мяча в прямом направлении, катание мяча друг другу | Ползание на четвереньках, подлезание под шнур | На двух ногах на месте, прыжки через шнуры | Ходьба и бег между двумя линиями, по прямой дорожке. | «Наседка и цыплята» «Поезд» «Бегите к флажку» |
| ноябрь | Ходьба в колонне на носках, с высоким подниманием колена. Ходьба в колонне с выполнением задания. | Построение в колонну, в круг, перестроение в виде буквы «П». | В колонне, по кругу. | С лентами, обручами, с погремушками, с кубиками. | Катание мяча в прямом направлении, ловля мяча, брошенного воспитателем | Ползание на четвереньках, подлезание под шнур. | На двух ногах с продвижением, прыжки из обруча в обруч. | Ходьба и бег между двумя линиями. | «Мыши в кладовой», «Трамвай», «По ровненькой дорожке», «Найди свой домик». |
| декабрь | Ходьба в рассыпную, по кругу, ходьба на носках, ходьба между мячами. | Построение в шеренгу. | Бег в рассыпную, по кругу, между мячами. | Без предметов, с гантелями, с мячами, с кубиками. | Катание мяча друг другу, в ворота друг другу. | Подлезание под дугу, подлезание под шнур, не касаясь руками пола. | Прыжки из обруча в обруч. Прыжки со скамейки. | Ходьба по ребристой дорожке. Ходьба по доске, руки на поясе. | «Наседка и цыплята», «Поезд», «Воробышки и кот», «Птичка и птенчики». |
| январь | Ходьба парами, ходьба в рассыпную. Ходьба парами с остановкой по сигналу. | Построение в круг из колонны. Перестроение в шеренгу. | Бег в рассыпную. Бег в колонне. Бег с остановкой по сигналу. Бег парами. | С платочками, с флажками. Без предметов, с мячами, с погремушками. | Прокатывание мяча вокруг стула. Катание мяча друг другу через ворота. | Ползание под дугу., не касаясь руками пола. Подлезание под шнур. | Прыжки с продвижением вперёд, спрыгивание со скамейки. | Ходьба по доске, руки на поясе. | «Кролики», «Трамвай», «Лягушки». |
| февраль | Ходьба в рассыпную, ходьба в колонне с выполнением задания. Ходьба с перешагиванием через шнуры. | Перестроение в шеренгу. | Бег в рассыпную, бег в колонне. | С погремушками, с малыми обручами, с мячом, без предметов. | Прокатывание мяча в прямом направлении. Бросание мяча через шнур двумя руками. | Подлезание под шнур, подлезание под обруч. | Прыжки из обруча в обруч, спрыгивание со скамейки. | Ходьба с перешагиванием через шнуры, ходьба по ребристой дорожке. | «Мыши в кладовой», «Птички в гнёздышках», «Воробышки и кот», «Найди свой цвет». |
| март | Ходьба по кругу в одну и другую сторону. Ходьба парами, в рассыпную. | Перестроение из колонны в пары. Перестроение в две шеренги. | Бег по кругу в одну и другую сторону. Бег парами. Бег по кругу вокруг мячей. | С кубиками, с султанчиками, с мячами, с флажками. | Прокатывание мяча между предметами. Бросание мяча о землю двумя руками. | Ползание по доске. Влезание на наклонную доску. | Прыжки через предметы. Прыжки в длину с места. | Ходьба по шнуру приставляя пятку одной ноги к носку другой. Ходьба с перешагиванием через бруски. | «Кролики», «Поезд», «Поймай комара», «Найди свой цвет». |
| апрель | Ходьба с остановкой по сигналу. Ходьба в колонне с высоким подниманием колена. Ходьба в рассыпную. | Перестроение в шеренгу. | Бег в колонне с остановкой по сигналу. Бег врассыпную. | С кубиками на стульях, с обручами, с мячами, без предметов. | Бросание мяча двумя руками об пол, бросание мяча вверх и ловля двумя руками. | Ползание по доске, опираясь на ладони и колени. Влезание на наклонную лестницу. | Прыжки в длину с места, прыжки из обруча в обруч. | Ходьба по доске, ходьба по скамейке. | «Наседка и цыплята», «По ровненькой дорожке», «Лягушки», «Найди свой цвет». |
| май | Ходьба по кругу, ходьба в колонне с выполнением задания. Ходьба в колонне с перешагиванием через шнуры. | Перестроение из колонны в круг. | Бег по кругу, в колонне, врассыпную. | Упражнения в кругу без предметов, с погремушками, с мячом, без предметов. | Подбрасывание мяча вверх двумя руками. | Ползание по скамейке, влезание на наклонную лестницу. | Перепрыгивание через шнуры, прыжки в длину с места. | Ходьба по скамье, ходьба по доске с перешагиванием через предметы. | «Мыши в кладовой», «Поезд», «Воробышки и кот», «Найди свой цвет». |

Приложение № **2 Перспективное планирование ОД по физической культуре с детьми 4-5 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ходьба | Перестроение | Бег | ОРУ | Лазанье | Метание | Прыжки | Равновесие | Подвижные игры |
| Сентябрь | Ходьба в колонне, ходьба в клоне с остановкой по сигналу, ходьба между двумя линиями. | Перестроение в три колонны. | Бег в колонне, бег врассыпную, бег вколонне с остановкой по сигналу. | Без предметов, с флажками, с кубиками, с косичкой. | Ползание на четвереньках двумя колоннами, полезание под шнур, не касаясь руками пола, подлезание под дугу. | Прокатывание мяча друг другу стоя на коленях, сидя на пятках, подбрасывание вверх и ловля. | На двух ногах на месте, с поворотом на двух ногах, с продвижением вперёд, подпрыгивание на двух ногах до предмета, прыжки на двух ногах междду кеглями. | Ходьба и бег между предметами, ходьба на носках по доске, ходьба по доске перешагивая через препятствия. | «Найди себе пару», «Пробеги тихо», «Огуречик, огуречик…» «У медведя во бору». |
| Октябрь | Ходьба в колонне огибая предметы, ходьба врассыпную, ходьба в колонне перешагивая через предметы. | Перестроение в шеренгу, построение в круг. | Бег с перешагиванием через шнуры, бег в колонне по одному. | Без предметов, с обручами. | Подползание под шнур с мячом в руках. | Прокатывание мячей друг другу, прокатывание мяча между предметами, подбрасывание мяча вверх. «Перебрось и поймай», «Успей поймать». | «Вдоль дорожки», прыжки из обруча в обруч, прыжки на двух ногах через несколько линий. | Ходьба по гимнастической скамейке. | «Огуречик, огуречик…»«Цветные автомобили», «У медведя во бору». |
| Ноябрь | Ходьба с изменением направлена, ходьба между предметами, по кругу, взявшись за руки, ходьба с изменением направлена по сигналу. | Перестроение из шеренги в колонну. | Бег с изменением направления, бег между предметами, по кругу, взявшись за руки. | С гантелями, без предметов. | Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях, на животе, подтягиваясь двумя руками. | Прокатывание мяча по дорожке, подбрасывание мяча вверх, ловля его. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы. Прокатывание мяча в прямом направлении, бросание мяча о пол и ловля его двумя руками. Передача мяча. | На двух ногах с продвижением между кубиками, прыжки через шнуры. «Не задень», «Пингвины». | Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики, по скамье с мешочком на голове, ходьба по доске с перешагиванием через предметы. | «Кот и мыши», «Самолёты», «Лиса в курятнике», «Догони пару», «Цветные автомобили». |
| Декабрь | Врассыпную, парами, в колонне, чётко выполняя поворты. | Построение в шеренгу, в пары, в три звена. | Бег врассыпную, по сигналу найти своё место, бег парами. | С флажками, с мячами, без предметов. | Ползание на четвереньках по скамейке, ползание в прямом направлении. | «Кто дальше бросит?». Прокатывание мяча между предметами, перебрасывание друг другу снизу, перебрасывание из-за головы, подбрасывание и ловля. | Прыжки через бруски со взмахом рук, прыжки со скамейки, через канат справа налево. | Ходьба по шнуру приставляя пятку одной ноги к носку другой. Ходьба по шнуру по кругу, ходьба с перешагиванием через набивные мячи, ходьба по канату. | «Лиса в курятнике», «Трамвай», «Зайцы и волк», «Кролики». |
| Январь | Ходьба в колонне со сменой ведущего, между предметами, перешагивая косички попеременно правой и левой ногой, ходьба между предметами. | Перестроение в три звена. | Бег врассыпную с нахождением своего места, между предметами, поставленными в один ряд. | С мячом, с мячом попарно, с гантелями, без предметов. | Ползание по скамейке на ладонях и ступнях, подлезание под шнур боком. | Перебрасывание мяча друг другу, отбивание мяча о пол одной рукой, ловля его двумя. Прокатывание обруча друг другу, перебрасывание мяча в шеренгах. | Прыжки на двух ногах со скамейки. Прыжки ноги вместе ноги врозь. Прыжки вдоль шнура, прыжки, перепрыгивая справа налево. Прыжки в высоту через бруски. | Ходьба между предметами высоко поднимая колени, по скамейке с приседанием, с с поворотом кругом, через рейки (высота 25см). | «Найди свою пару», «Лошадки», «Цветные автомобили», «Котята и щенята». |
| Февраль | Ходьба с заданием для рук, парами, высоко поднимая колени по кругу. Парами врассыпную. По кругу взявшись за руки, по сигналу изменить направлена. | Перестроение в три колонны, перестроение в колонну по три. | Без предметов с обручем, на стульях. | Бег парами, бег по кругу с выполнением задания, бег врассыпную с остановкой по сигналу.  | Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, на ладонях и коленях, с мешочком на спине. | Перебрасывание мешочков через шнур, мяча через шнур двумя руками, прокатывание мяча друг другу сидя, ноги врозь, прокатывание между кеглями, перебрасывание через шнур двумя руками из-за головы. | Прыжки в длину с места, перепрыгивание через6-8 шнуров | Ходьба по скамейке с мешочком на голове, по доске на носках, по доске, перешагивая через кубики, ходьба и бег по наклонной доске. | «Бездомный заяц», «Охотники и зайцы», «Перелёт птиц», «Ловишки». |
| Март | Ходьба с перешагиванием через бруски. Ходьба по кругу, взявшись за руки, по кругу с выполнением заданий. Врассыпную по доске, перешагивая через бруски. | Перестроение из колонны в круг, перестроение в три звена. | Врассыпную, бег по кругу, взявшись за руки. | Без предметов, с кеглями, со стульями. | Ползание по г/ск на ладонях и коленях. Лазанье по гимнастической стенке. | Метание в горизонтальную цель левой и правой рукой. Метание мешочков в вертикальную цель, отбивание мяча о пол. Метание мешочков в даль. | Перепрыгивание через препятствия на двух ногах. Прыжки через бруски, прыжки в длину с места. Прыжки из обруча в обруч на дух ногах, между предметами (3м). | Бег по наклонной доске, ходьба по скамейке боком приставными шагами, перешагивая через мяч. Ходьба по скамейке на середине присесть. | «Пробеги тихо», «Совушка сова», «Воробушки и автомобиль», «Птички и кошка». |
| Апрель | Ходьба парами, со сменой ведущего, в колонне с выполнением задания. Ходьба, высоко поднимая колени, в полуприседе. | Перестроение в колонну по три. | Бег парами врассыпную, по сигналу остановиться. | Без предметов, с флажками, с кубиками. | Ползание по г/ск на ладонях ступнях. Лазанье по г/ст с переходом на соседний пролёт. | Прокатывание мяча вокруг кегли. Метание мешочков в горизонтальную цель. | Прыжки в длину с места, прыжки через шнуры. Прыжки через скакалку, прыжки между предметами, прыжки до кегли (3м). | Ходьба по наклонной доске боком с заданием. Ходьба по скамье на носках с заданием, с перешагиванием через набивной мяч. | «Котята и щенята», «Зайцы и волк», «У медведя во бору», «Лиса в курятнике». |
| Май | Ходьба в колонне, с заданием, между кеглями. | Перестроение в колонну по три. | Бег врассыпную, по сигналу найти своё место. | С кубиками, с косичкой. | Подлезание под дугу, не касаясь руками пола. | Метание на дальность правой и левой рукой. «Мяч через сетку». Метание мешочков в вертикальную цель | Перепрыгивание через канат боком, продвигаясь вперёд на двух ногах. | Ходьба по скамье боком приставным шагом. | «Самолёты». |

Приложение № **3 Перспективное планирование ОД по физической культуре с детьми 5-6 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ходьба | Перестроение | Бег | ОРУ | Лазанье | Метание | Прыжки | Равновесие | Подвижные игры |
| Сентябрь | Между предметами с высоким подниманием колен, с перешагиванием через шнуры. | В колонну по 3, в колонну по4. | В колонне, врассыпную, между предметами, непрерывный бег до 1,5 минут, через шнуры (расстояние 70-80 см) «Не задень». | Без предметов, с мячом, с палками. | На четвереньках по скамье, между предметами, на животе. | Перебрасывание мячей друг другу снизу | На двух ногах с продвижением вперёд, «змейкой», «Достань до предмета». | На скамье ходьба с перешагиванием через предметы, через набивные мячи, по канату боком, с мешочком на голове по канату. | «Мышеловка», «Удочка», «Мы весёлые ребята». |
| Октябрь | Ходьба с высоким подниманием колен, в приседе приставным шагом, врассыпную, с изменением темпа, приставным шагом прямо. | В колонну, в колонну по два. | Непрерывный бег между предметами, врассыпную, через предметы, «змейкой». | С кеглями, без предметов. | На животе, по гимнастической стенке, в обруч боком. | Мяч вверх, о землю. «Мяч о стену», «Поймай мяч», Метание от груди мяча, передача мяча от груди, «Пас друг другу», «Проведи мяч».  | «Не попадись», с мешочком на голове между предметами. «Будь ловким», через шнуры на двух ногах (расстояние 50 см), черезшнуры боком – «Не попадись» | Ходьба с перешагиванием через бруски с мешочком на голове, по скамье боком. | «Ловишки», «Быстро возьми», «Мы – весёлые ребята», «Найди свой цвет», «Перелёт птиц». |
| Ноябрь | Ходьба с заданием, с изменением направления движения по сигналу, через шнуры, врассыпную. | По сигналу в колонну по два. | С перешагиванием через бруски, бег в среднем темпе до 1,5 минут, в колонне по два, врассыпную. Медленный бег до 1,5 минут между предметами. | Без предметов, с лентами, с флажками. | На четвереньках с преодолением препятствий, под дугу прямо и боком, на четвереньках между предметами, в обруч (3 шт., расстояние 50 см). | Мяч из-за головы друг другу, снизу, в горизонтальную цель (расстояние 2,5 м). «Проведи мяч», «Пас друг другу», «Попади в корзину». | Со скамейки, «Будь ловким», на двух ногах через шнуры, на правой и левой ноге (расстояние 4 м).  | Через набивные мячи, по гимнастической скамейке боком, по скамье на носках, по скамейке с заданиями. | «Не оставайся на полу», «Удочка», «Гуси- гуси», «Посадка карьофеля». |
| Декабрь | С высоким подниманием колен, между кеглями, с перешагиванием через бруски (высота 10см) врассыпную, скрещивающим шагом. | В три колонны. | Бег врассыпную между кеглями, медленный бег до 1,5 минут, через шнуры попеременно правой и левой ногой, бег до 1,5 минут врассыпную. | С флажками, на стульях, в парах. | По скамье на животе, в обруч с мячом, под шнур боком. | Перебрасывание мячей друг другу (расстояние 3м), «Мяч о стену», «Поймай мяч», отбивание мяча о землю с продвижением, «Мяч водящему». | Попеременно на правой и левой ноге между кеглями, на одной ноге (5 м). | Ходьба по скамейке с заданием «Не задень», «По мостику», на носках между предметами. | «Пожарные на учениях», «Мышеловка», «Не оставайся на полу», «Ловишки», «Удочка» |
| Январь | Между предметами скрестным шагом, в колонне с остановкой по сигналу, приставным шагом, ходьба на лыжах, по кругу. | Из шеренги в колонну, в круг. | Между предметами, змейкой, врассыпную, по кругу. | В парах, без предметов. | На четвереньках между кеглями, на четвереньках между кеглями подталкивая мяч головой, на животе по скамье, с мешочком на спине, на гимнастическую стенку, не пропуская реек. | Мяч друг другу, стоя на коленях, из-за головы, стоя в шеренгах, подбрасывание вверх и ловля после хлопка, прокатывание набивного мяча, с хлопком «Метко в цель». | Через бруски, через шнуры с ноги на ногу, попеременно на правой и левой ноге. «Смелые воробышки», между кеглями на одной ноге. | На наклонной доске, боком, по скамье с мешочком на голове, по скамье перешагивая через кубики. | «Кто скорее до флажка», «Не оставайся на полу», «Охотник и зайцы», «Хитрая лиса». |
| Февраль | Между кубиками, с пятки на носок, между кеглями, по кругу, приставным шагом, с приседанием, врассыпную. | Из шеренги в колонну, в круг. | С палками, на скамейке. | Между кубиками, по кругу, врассыпную, между кеглями по кругу, медленный бег до 1.5 минут. | . По гимнастической стенке, под дугами подталкивая мяч головой, через препятствия на гимнастическую стенку одноимённым способом | . Забрасывание мяча в кольцо, друг другу двумя руками снизу. Ведение мяча. | С мешочком, зажатым между коленями. Между кубиками на одной ноге, в длину с места, на двух ногах с продвижением вперёд «Кто быстрее», через шнуры, через бруски. | По скамейке боком с мешочком на голове, ходьба и бег по наклонной доске, «Пробеги – не задень», приставным шагом по рейке гимнастической скамейке. | «Медведь и пчёлы», «Совушка», «Охотник и зайцы», «Хитрая лиса». |
| Март | Между скамейками, с поворотом в другую сторону, между предметами со сменой темпа движения. | В две колонны, из шеренги в колонну. | Между скамейками, врассыпную, между предметами. | На скамейке, без предметов, с обручем. | Под палку (40 см), по скамейке на спине, на животе, на ладонях и ступнях. | Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди, метание мешочка в вертикальную цель (3 м). В цель одной рукой от плеча, метание мешочка вдаль. | Через бруски правым и левым боком, из обруча в обруч, через набивные мячи, в высоту с разбега, через шнуры правым и левым боком. | Бег по наклонной доске, перешагивание через палку. На носках между кеглями. По канату боком с мешочком на голове, по скамье боком с заданием. | «Мышеловка», «Пожарные на учениях», «Медведь и пчёлы», «Ловишки». |
| Апрель | Ходьба парами, врассыпную, по кругу перешагивая через бруски, в колонне с остановкой, между предметами. | Из колонны по одному в колонну по два, в круг, из шеренги в колонну. | Парами, врассыпную, по кругу, с перешагиванием через кубик, в среднем темпе, между предметами. | Без предметов, с палками. | Под шнур боком, под дугу, в обруч прямо и боком, через скамейку, по гимнастической стенке одноимённым способом. | Метание в горизонтальную цель (3 м), метание в вертикальную цель (4 м), перебрасывание малого мяча одной рукой, прокатывание обруча друг другу, мешочек в цель. | Из обруча в обруч, на одной ноге, через шнуры, через короткую скакалку. | Ходьба на носках между набивными мячами, через мячи, по скамье с поворотом, по скамье с заданием, по скамье боком приставным шагом, по рейке боком. | «Не оставайся на полу», «Медведь и пчёлы», «Мышеловка», «Удочка». |
| Май | Парами, с поворотом по сигналу, между предметами, змейкой, ходьба с ускорением и замедлением. | Перестроение в пары. | Парами, с поворотом по сигналу, врассыпную, змейкой между предметами. | В парах, без предметов, с флажками. | По гимнастической стенке разноимённым способом, на ладонях и ступнях (5м), в обруч прямо и боком, по скамье на животе, подтягиваясь двумя руками. | Бросание мяча о стенку одной рукой и ловля двумя, перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока, забрасывание мяча в корзину, отбивание о пол одной рукой. | Через шнур с продвижением вправо и влево, на двух ногах с продвижением вперёд, с ноги на ногу с продвижением вперёд, в длину с разбега, между кеглями на правой и левой ноге. | Ходьба через набивные мячи, по скамье с перешагиванием через набивные мячи, по скамье боком. | «Мышеловка», «Караси и щука», «По местам» |

Приложение № **4 Перспективное планирование ОД по физической культуре с детьми 6-7 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ходьба | Перестроение | Бег | ОРУ | Лазанье | Метание | Прыжки | Равновесие | Подвижные игры |
| Сентябрь | В колонне с высоким подниманием колена. С чёткими поворотами, в полуприсяде по кругу, между предметами. | В колонну по три, перестроение в три колонны. Построение в звенья. | В колонне, врассыпную на нахождение места. «Поскоки», бег умеренный до 60 секунд, между предметами, по кругу.  | Без предметов, новые без предметов, с палками, с кеглями. | Под шнур правым и левым боком, упражнение «Крокодил», по скамье на животе, по гимнастической стенке с переходом на другой полёт, по скамье с заданием. | Перебрасывание мячей друг другу снизу, из-за головы. «Быстро передай», бросание мяча правой и левой рукой, ловля его двумя руками. | Через шнуры на двух ногах, через набивные мячи, с разбега достать подвешенный предмет, на двух ногах из обруча в обруч. | По гимнастической скамейке с мешочком на голове, перешагивание через набивные мячи боком, ходьба по скамье с заданием, бег между кеглями. | «Кто быстрее до флажка», «НЕ оставайся на полу», «Жмурки», «Перемести предмет». |
| Октябрь | В полуприседе между предметами, по кругу, приставным шагом, с выпадом, в колонне с изменением темпа, врассыпную, в колонне с изменением направления движения. | В колонну по два. | По кругу, змейкой, врассыпную, бег через предметы. | С кеглями, без предметов. | По гимнастической стенке, в обруч правым и левым боком. | «Быстро передай», «Прокати в обруч», бросание мяча вверх и его ловля, перебрасывание мяча, стоя в шеренгах. «Перебрось и поймай». | «Пингвины», из обруча в обруч на двух ногах, через шнуры правой и левой ногой, , через шнур справа-налево. «Не попадись». | Перешагивание через набивные мячи приставным шагом. Ходьба по скамье с заданием, по скамье боком с мешочком на голове. | «Перемени предмет», «Стоп», «Краски», «Дорожка препятствий». |
| Ноябрь | В колонне с заданием, с изменением темпа, между линиями, по кругу. Ходьба скрещивающим шагом, по кругу с перестроением вколонну по два, ходьба с выполнением задания. | Перестроение в колонну по два. | Бег в среднем темпе до 1,5 минут, бег между линиями, по кругу с ускорением. | С лентами, с флажками, со стульчиками. | На четвереньках по скамье, на четвереньках подталкивая мяч, ползание по скамейке на четвереньках с мешочком на спине. «Проползи не урони» под шнур боком. | Ведение мяча по прямой и с боку, между предметами. «Кто самый меткий», «Мяч водящему». Метание мешочков, прокатывание мяча друг другу. | «Перепрыгни – не задень» (20-25 см) на левой и правой ноге между предметами, через шнуры, между предметами в круг и из круга, через короткую скакалку. | Ходьба по рейке, по рейке с мешочком нав голове, по скамье с заданием, по канату боком, по рейке, подбрасывая мяч. | «Охотники и зайцы», «Совушка», «Удочка», «Перелёт птиц», «Выше ноги от земли». |
| Декабрь | Ходьба с заданием по кругу, с изменением направления движения, врассыпную, змейкой, между предметами. | Перестроение из колонны в три колнны. | Бег с перешагиванием через предметы, по кругу, врассыпную, змейкой, между предметами, бег с преодолением препятствий. | На стульях, в парах. | Подлазание под шнур, толкая мяч головой, на четвереньках с мешочком на спине по гимнастической скамейке, лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт по диагонали. | Перебрасывание мяча в шеренгах, «Быстро передай». Метание в горизонтальную цель (3 м), забрасывание мяча в корзину. «Пас на ходу», перебрасывание мяча из-за головы сидя.  | «Не задень», через шнур справа на лево. «Кто быстрее до флажка». Прыжки со скамейки на коврик, в обруч. | Ходьба на носках между набивными мячами. Ходьба на носках между шнурами (ширина 20см). Ходьба по скамье с заданием. | «Не оставайся на полу», «Перелёт птиц», «Ловля обезьян», «Лягушка и цапля». |
| Январь | Ходьба с заданием в полуприседе между мячами, между предметами врассыпную, приставным шагом | Перестроение в колонну по два, в шеренгу, в колонну. | Врассыпную, с перешагиванием через мячи, между мячами, бег с ускорением, бег в колонне с поворотом. | Без предметов, с палками. | Переползание по прямой через обруч, по скамье на ладонях и ступнях, переползание «по-медвежьи» по гимнастической скамье. | Перебрасывание мячей из-за головы в шеренгах (3 м). Перебрасывание малого мяча (4 м). Подбрасывание мяча одной рукой и ловля двумя. Отбивание мяча в движении.  | На правой и левой ноге попеременно, на правой и левой ноге через шнуры. | Ходьба на носках между мячами, по скамье с заданием, по рейке приставным шагом, через набивные мячи. | «Перемени предмет», «Коршун и наседка», «Горелки», «Догони пару», «Совушка», «Кто скорее до флажка». |
| Февраль | Врассыпную между предметами с изменением направления, приставным шагом с приседанием, с изменением темпа. | Перестроение в колонну по два. | Врассыпную между предметами, с высоко поднятыми коленями, бег голопом по кругу, бег 1,5мин, врассыпную. | С палками, с использованием скамейки. | Переползание через скамейку, на четвереньках по скамейке, лазанье по гимнастической стенке одноимённым способом. По скамейке на животе с мешочком на спине, пролезание между рейками гимнастической стенке. | Ведение мяча правой и левой рукой, бросание мяча в корзину, метание мешочков в цель (5 м) правой и левой рукой от плеча. | Прыжки с препятствием с разбега, прыжки в длину. Через коротко скакалку. Через набивные мячи, с мешочком, зажатым между коленями, через шнуры. | Ходьба по рейке приставным шагом, по шнуру с мешочком на голове. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове. | «Ловишки», «Охотники и зайцы», «Волк во рве», «Ловишка – бери ленту», «Ловишки с мячом». |
| Март | Врассыпную с заданием, с перешагиванием через предметы, с изменением направления. | Перестроение на ходу в колонну по два. | Бег 20 м с перешагиванием через предметы, бег в среднем темпе с высоким подниманием бедра. | Без предметов, в парах, с обручем в парах. | По скамейке на ладонях и коленях, пролезание под шнур (40см), в обруч прямо и боком.  | Бросание мяча вверх и ловля его после хлопка. Метание в цель (4 м). Прокатывание обруча друг другу. | Вдоль шнура на правой и левой ноге (6м), в длину с места, через шнуры боком, с мешочком между колен. | На носках между набивными мячами, боком по скамье с заданием, с мешочком на голове. | «Кто быстрее до флажка», «Горелки», «Жмурки», «Ловишки парами», «Ловля обезьян» |
| Апрель | Ходьба с ускорением и замедлением врассыпную, ходьба по диагонали с заданием. | Из шеренги в два круга, в колонну по одному. | Бег (8м), бег до 1.5 минут с перешагиванием через шнуры, по диагонали. | С палками, упражнения в парах. | По скамье с опорой на ладони и колени, ползание с мешочком на спине. По гимнастической стенке одноимённым способом, разными способами. | Метание в цель (5м), ведение мяча правой и левой рукой, забрасывание мяча в корзину, метание в цель от плеча, метание набивного мяча из-за головы. | Прыжки с мешочком между колен, через коротко скакалку с продвижением вперёд. В длину с разбега. | Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу на носках, по канату боком.  | «Быстро возьми, быстро положи», «Охотники и зайцы», «Волк во рве», «Мышеловка». |
| Май | В полуприседе в колонне с перешагиванием через предметы. | Из шеренги в колонну. | Бег на скорость (30м), челночный бег, бег на дистанцию 100 м . | С кеглями, без предметов. | По скамейке на ладонях и коленях, пролезание под шнур (40см), в обруч прямо и боком. | Метание набивного мяча. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы, метание на дальность, отбивание о стенку, перебрасывание мяча через шнур. | В длину с разбега, из обруча в обруч, с ноги на ногу, с продвижением вперёд. | По гимнастической скамье с заданием. | «Краски», «Ловишки с мячом», «Не оставайся на полу». |

Приложение № 5**Здоровьесберегающие педагогические технологии, используемые в ДОУ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Виды здоровьесбере-гающих педагогических технологий** | **Время проведения в режиме дня** | **Особенности методики проведения** | **Ответственный** |
| **Технологии сохранения и стимулирования здоровья** |
| **Ритмопластика** | Не раньше, чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста         | Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка         |  Инструктор по ф/к, музыкальный руководитель, педагоги ДОУ |
| **Динамические паузы****(физкультминутки)** | Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей во всех возрастных группах | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия | Педагоги ДОУ |
| **Подвижные и спортивные игры** | Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой и со средней степенью подвижности. | Ежедневно для всех возрастных групп.Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр. | Инструктор по ф/к, педагоги ДОУ |
| **Релаксация** | В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. | Для всех возрастных групп.Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы         | Инструктор по ф/к, педагоги ДОУ, психолог |
| **Технологии эстетической направленности** | Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др | Для всех возрастных групп        Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса         | Все педагоги ДОУ |
| **Гимнастика пальчиковая** | Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)       | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. | Все педагоги ДОУ, логопед |
| **Гимнастика для глаз** | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога         | Все педагоги ДОУ |
| **Гимнастика дыхательная** | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста | Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры | Все педагоги ДОУ |
| **Гимнастика пробуждения** | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. во всех возрастных группах.         | Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ.         | Педагоги ДОУ |
| **Оздоровительный бег** | Со старшего возраста в теплый период в утренний прием на улице или на прогулке. | Необходимость проведения бега в физкультурной форме и спортивной обуви. | Инструктор по ф/к, педагоги ДОУ |
| **Технологии обучения здоровому образу жизни** |
| **Физкультурное занятие** | 2 раза в неделю в спортивном зале, 1 раз – на улице. Все возрастные группы. Ранний возраст - в групповой комнате или физ.зале - 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин. | Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение         | Инструктор по ф/к, педагоги ДОУ |
| **Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)** | В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом со старшего возраста | Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности | Психолог, педагоги ДОУ |
| **Коммуникативные игры** | 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста         | Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др. | Психолог, педагоги ДОУ |
| **Занятия из серии «Здоровье»** | 1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста         | Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития         | Педагоги ДОУ |
| **Самомассаж** | В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста | Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму         | Инструктор по ф/к, педагоги ДОУ |
| **Коррекционные технологии** |
| **Технологии музыкального воздействия** | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей во всех возрастных группах | Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр. | Педагоги ДОУ, музыкальный руководитель |
| **Технологии воздействия цветом** | Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач со среднего возраста | Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка         | Педагоги ДОУ, психолог |
| **Технологии коррекции поведения** | Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста         | Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий | Педагоги ДОУ, психолог |
| **Сказкотерапия** | 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста | Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения. | Педагоги ДОУ, психолог |

Приложение № 6 **План – программа закаливания детей старшего дошкольного возраста**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Факторы** | **Мероприятие** | **Место в режиме дня** | **Периодичность** | **Дозировка** |
| **Вода** | Полоскание рта | После каждого приёма пищи | Ежедневно 4 раза в день | 50-70 мл вода +20С |
| Полоскание горла | После сна | Ежедневно | 50-70мл р-ра нач. вода +36С до +20С |
| Ходьба босиком по мокрой дорожке | После сна | Ежедневно 1 раз в день | 2-3 раза по 30сек |
| Обширное умывание | После сна | Ежедневно 1 раз в день | Вода +20С |
| Обливание ног | После дневной прогулки | Июнь – август ежедневно | Вода +18С-+20С 20-30сек |
| Гигиенический душ | После дневной прогулки | Июнь – август ежедневно | Вода +38С - +36С 20-40сек |
| Умывание | После каждого приёма пищи, после прогулки | Ежедневно | Вода +28С-+20С |
| Облегчённая одежда | В течении дня | Ежедневно в течение года |  |
| **Воздух** | Одежда по сезону | На прогулках | Ежедневно в течение года |  |
| Прогулка на свежем воздухе | После занятий, после сна | Ежедневно в течение года | От 1.5 до 3 часов в зависимости от сезона и погодных условий |
| Утренняя гимнастика на воздухе |  | Июнь - август | 10 -12 мин |
| Физкультурные занятия на воздухе |  | В течение года | 30-35 мин |
| Воздушные ванны | После сна | Ежедневно в течение года | 10 мин |
|  | Выполнение режима проветривания помещения | На прогулке | Июнь - август |  |
| По графику | Ежедневно в течение года | 6 раз в день |
| Дневной сон с открытой фрамугой |  | Ежедневно в течение года | Воздух +15С - +16С |
| Контрастные воздушные ванны | После сна | Ежедневно в течение года | 12-13 мин не менее 6 пробежек по 1-1.5 мин воздух +13С-+16С воздух +21С - +24С |
| Дыхательная гимнастика | Во время утренней зарядки, на физкультурных занятиях, на прогулке, после сна | Ежедневно в течение года | 3-5 упражнений |
| Ультрафиолетовое облучение общее  | Первая половина дня | В течение года | Согласно графика |
| **Солнце** | Дозированные солнечные ванны | На прогулке | Июнь – август с учётом погодных условий | С 9.00 до 10.00 ч. По графику до 25 мин. |
| Босохождение в обычных условиях | В течение дня | Ежедневно в течение года | 15-20 мин |
| **Рецепторы** | Контрастное босохождение (песок, трава, керамзит) | На прогулке | Июнь-август с учётом погодных условий | От 10 до 15 мин |
| самомассаж | После сна | В течение года | 2 раза в неделю |
| Массаж стоп | Перед сном | В течение года | 1 раз в неделю |
|  |  |  |  |

Приложение № 7 **План работы с родителями по физическому воспитанию**

**Задачи:**

* Доставить радость общения и единения детям и родителям;
* повышать интерес детей к физической культуре,
* расширять представления родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ;
* побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях;
* познакомить родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью гимнастики в разных возрастных группах. Создать положительный эмоциональный настрой у детей и родителей;
* дать представление родителям о формировании здорового образа жизни. Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Срок** | **Возраст** | **Содержание работы** | **Форма** | **Ответственные** |
| **Октябрь** | 2 младшая и средняя группы | «Воспитание правильной осанки у ребёнка» | Консультация (стендовый материал) | Инструктор по ф/к |
| Старшая и подготовительнаягруппы | «Чрезмерный вес ребенка - угроза здоровью»Оздоровительный кружок «Крепыш» | Консультация (стендовый материал)Консультация устная | Инструктор по ф/к |
| **Ноябрь** | 2 младшая и средняя группы | «Зарядка – это весело»«Растём здоровыми, ловкими, быстрыми» | КонсультацияФотовыставкана сайте.  | Инструктор по ф/к |
| Старшая и подготовительнаягруппы | «Вылечим простуду гимнастикой»«Спорт – радость – здоровье» | КонсультацияФото-выставка | Инструктор по ф/к |
| **Декабрь** | 2 младшая и средняя группы | «Одежда и здоровьедетей» | Консультация | Инструктор по ф/к, родители, дети. |
| Старшая и подготовительнаягруппы | «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит» | Консультация | Инструктор по ф/к, родители, дети. |
| **Январь** | 2 младшая и средняя группы | Показ утренней гимнастики | День открытых дверей | Инструктор по ф/к |
| Старшая и подготовительнаяруппы | «Закаляйтесь вместе с нами»Продемонстрировать массаж ступней ног, упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия | День открытых дверей (индивидуальные беседы, письменные рекомендации). | Инструктор по ф/к и дети |
| **Февраль** | 2 младшая и средняя группы | «Мой папа- самый, самый» | Развлечение совместно с родителями | Инструктор по ф/к и дети |
| Старшая и подготовительнаягруппы | «Физкультура зимой» | Консультация | Инструктор по ф/к |
| **Март** | 2 младшая и средняя группы | «Одежда и здоровье детей» | Консультация | Инструктор по ф/к |
| Старшая и подготовительнаягруппы | «Мама и я дружим с физкультурой»«Активный отдых всей семьёй» | Спортивное развлечение с участием мам.Консультация | Инструктор по ф/к |
|  **Апрель** | 2 младшая и средняя группы | «Тайная сила рук» | Консультация | Инструктор по ф/к |
| Старшая и подготовительнаягруппы | «Моя спортивная семья» | Выставка рисунков | Дети и родители |
|  **Май** | 2 младшая и средняя группы | «Подвижные игры летом на прогулке» | Консультация | Инструктор по ф/к и дети |
| Старшая и подготовительнаягруппы | «Летний отдых» | Консультация | Инструктор по ф/к |