

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 11 СОВЕТСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
МОУ детского сада № 11
протокол № 1/2020 от 31.08.2020г.



УТВЕРЖДЕНА
приказом № 106 от 31.08.2020г.
Заведующий
МОУ детским садом № 11
Н.А. Исакова

**Рабочая программа
совместной деятельности
инструктора по физической культуре
на 2020-2021 учебный год**

Автор-составила:
Ситалова Анастасия Сергеевна,
инструктор по физической культуре

Волгоград, 2020г.

№п/п	Содержание	Стр.
1. Целевой раздел		
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Нормативно-правовая база	3
1.3	Цели и задачи реализации программы дошкольного образования на год	4
1.4	Возрастные и индивидуальные особенности детей	6
1.5	Целевые ориентиры	8
2. Содержательный раздел		
2.1	Организация образовательной деятельности по разделу «Физическая культура»	9
2.1	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	10
2.3	Перспективно-тематическое планирование непосредственно-образовательной деятельности	11
2.4	Связь с другими образовательными областями	44
2.5	Перспективный план работы с родителями	45
2.6	Перспективный план работы с педагогами	46
3. Организационный раздел		
3.1	Двигательная активность детей в течение недели	46
3.2	Физкультурные развлечения и беседы с детьми	46
3.3	Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»	48
3.4	Система мониторинга	48
3.5	Паспорт физкультурного зала	55

І ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей 2 – 7 лет и направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей.

Исходя, из поставленных целей формируются следующие задачи:

1. Укрепление здоровья, приобщение к здоровому образу жизни, развитие двигательной и гигиенической культуры детей.

2. Развитие гуманистической направленности отношения детей к миру, воспитания культуры общения, эмоциональной отзывчивости и доброжелательности к людям.

3. Развитие эстетических чувств детей, творческих способностей, эмоционально - ценностных ориентаций, приобщение детей к искусству и художественной литературе.

4. Развитие познавательной активности, познавательных интересов, интеллектуальных способностей детей, самостоятельности и инициативы, стремления к активной деятельности и творчеству.

Реализация целей осуществляется в процессе разнообразных видов деятельности:

1. Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно - исследовательской, продуктивной, музыкально - художественной, чтения);

2. Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов;

3. Самостоятельная деятельность детей;

4. Взаимодействия с семьями детей по реализации рабочей программы.

Содержание рабочей программы способствует формированию ценностного отношения к собственному здоровью, совершенствование двигательной активности детей, развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях через знакомство с доступными способами его укрепления, создание эмоционально – благоприятной среды физического развития.

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» разработана с учетом основной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой и ФГОС ДО.

В образовательной деятельности используется парциальная программа «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина.

1.2 Нормативно-правовая база

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

▪ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273 – ФЗ

▪ Приказ Минобрнауки РФ от 30.08.2013г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»

▪ СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

▪ Приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного Образования» (ФГОС ДО).

▪ Устав ДОУ.

▪ Основная образовательная программа МОУ детского сада № 11

1.3 Цели и задачи реализации образовательной деятельности

Ведущими целями образовательной деятельности являются: создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства; формирование основ базовой культуры личности; всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями; подготовка к жизни в современном обществе; к обучению в школе; обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения.

Для достижения целей программы первостепенное значение имеют:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности; их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- уважительное отношение к результатам детского творчества;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях ДООУ и семьи;
- соблюдение преемственности в работе детского сада и начальной школы, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования ребенка дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Группа раннего развития (от 2 до 3 лет)

- Формировать у детей двигательные умения и навыки, развитие физических качеств;
- Формировать двигательные умения и навыки в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка,

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. Содействовать становлению первоначального двигательного опыта, развивать потребность в двигательной активности и интерес, положительное отношение к физкультурно-оздоровительной деятельности; создавать условия для проявления самостоятельности, инициативы и активности в сфере физической культуры и здоровья.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

- Способствовать формированию представлений о влиянии физических упражнений на общее состояние здоровья, требованиях к технике выполнения физических упражнений, правилах безопасности выполнения движений, способах заботы о своем здоровье.

- Проявлять стремление выразить свои возможности в движениях, двигательную активность и творчество в разных видах самостоятельной деятельности;

- Развивать быстроту, выносливость, силу, гибкость, координацию движений;

- Содействовать становлению субъектного двигательного опыта, развивать потребность в двигательной активности и интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности;

- Способствовать проявлению двигательного творчества в подвижных и двигательнo-дидактических играх, самостоятельной двигательной деятельности.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

- Создавать условия для гармоничного физического развития детей;
- Формировать представления об особенностях своего организма, этикете, гигиене, культуре отдыха и безопасного поведения;
- Побуждать к выполнению упражнений с необходимым напряжением;
- Формировать первоначальные навыки и развивать самоорганизацию в подвижных и хороводных играх;
- Развивать двигательное воображение, творчество, выносливость, быстроту и другие двигательные способности;
- Содействовать становлению субъектного двигательного опыта, развивать потребность в двигательной активности и интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

- Создавать условия для гармоничного физического развития и воспитания внимательного отношения детей к своему здоровью и жизни;
- Обогащать представления о способах поддержания, укрепления и сохранения здоровья средствами физической культуры;
- Побуждать к точному, энергичному и выразительному выполнению физических упражнений;
- Упражнять в умении контролировать технику выполнения движений, обучая способам самоконтроля и самооценки;
- Развивать двигательное воображение, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений, закреплять правила и двигательные умения в спортивных играх и упражнениях;
- Развивать позицию субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности, добиваться самостоятельного выполнения необходимых навыков гигиены и санитарии;
- Содействовать проявлению индивидуального стиля физкультурно-оздоровительной деятельности, инициативы, выразительности движения.

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

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

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

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

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

1.4 Возрастные и индивидуальные особенности детей

Особенности физического воспитания и развития детей 2-3 лет.

Третий год жизни – важный этап в развитии ребёнка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако, опорно-двигательный аппарата развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы. Активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу, и амплитуду движений. Интенсивно развивается двигательная активности, которая характеризуется недостаточно сформированной уровнем произвольности. Особенностью формирования у детей двигательных навыков на данном возрастном этапе является многократное повторение одних и тех же движений.

Особенности физического воспитания и развития детей 3-4 лет.

К четырем годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они еще не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребенку трех лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Особенности физического воспитания и развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребенка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях. Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет. На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений. В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствием, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

Особенности физического воспитания и развития детей 6-7 лет.

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность

Приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном, в том числе, связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной

системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму:

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

Выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),

- развивать основные движения во время игровой активности детей.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- содействовать формированию у детей привычки к здоровому образу жизни;

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

В качестве результатов физического развития на уровне целевых ориентиров выступают следующие:

▪ у детей младенческого и раннего возраста развиты крупная (общая) моторика, стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.); интерес к тактильно-двигательным играм;

▪ у ребенка дошкольного возраста развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; способен к принятию решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах двигательной и физической, спортивной деятельности; обладает физическими качествами (выносливость, гибкость и др.).

1.5 Целевые ориентиры

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

К 2-3 годам ребенок:

- интересуется окружающими предметами, активно действует с ними, исследует их свойства, экспериментирует. Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия,

знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Проявляет настойчивость в достижении результата своих действий;

- стремится к общению и воспринимает смыслы в различных ситуациях общения со взрослыми, активно подражает им в движениях и действиях, умеет действовать согласованно;

- в короткой игре воспроизводит действия взрослого, впервые осуществляя игровые замещения; проявляет самостоятельность в бытовых и игровых действиях;

- с удовольствием двигается – ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивание, лазанье, перешагивание и пр.)

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

К 7 годам ребенок

- овладевает основными культурными способами деятельности,

- проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и других видах детской активности;

- способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности; ребенок положительно относится к миру, 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 проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

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

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

- ребенок 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;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;

- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Организация образовательного процесса по разделу «Физическая культура»

Физическое развитие включает:

- Приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки).

Основные цели и задачи

- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.
- Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).
- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх, и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Формы организации занятий являются гибкими и разнообразными (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные, в спортзале, в группе, на воздухе, на спортивной площадке).

Для проведения занятий по физической культуре на участке детского сада оборудована физкультурная площадка с зонами для подвижных и спортивных игр.

2.2 Формы, способы, методы и средства реализации Рабочей программы

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах		
Физкультурные занятия: - сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на улице, Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов,	<ul style="list-style-type: none">▪ Индивидуальная работа с детьми▪ Игровые упражнения▪ Игровые ситуации▪ Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, - имитационные	<ul style="list-style-type: none">▪ Подвижные игры▪ Игровые упражнения	<ul style="list-style-type: none">▪ Беседа▪ Совместные игры.

-сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта Спортивные упражнения	движения <ul style="list-style-type: none"> ▪ Физкультминутки ▪ Динамические паузы ▪ Подвижные игры ▪ Игровые упражнения ▪ Игровые ситуации ▪ Проблемные ситуации ▪ Спортивные праздники и развлечения ▪ Гимнастика после дневного сна: -оздоровительная, -полоса препятствий.		
---	---	--	--

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольным учреждением с положениями действующего СанПиН.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. В режимных процессах, в свободной детской деятельности воспитатель создает по мере необходимости, дополнительно развивающие проблемно-игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

2.3 Перспективно-тематическое планирование непосредственно-образовательной деятельности

Перспективно-тематическое планирование непосредственно-образовательной деятельности по физическому развитию в первой младшей группе

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
Сентябрь	1-2	Учить ходьбе в прямом направлении, упражнять в ползании, учить ходьбе по ограниченной поверхности, упражнять в ползании и подлезании, развивать внимание и умение реагировать на слово.	Конусы, узкая дорожка, дуги или обручи
Сентябрь	3-4	Развивать умение ориентироваться в пространстве, упражнять в ходьбе по ребристой доске, упражнять в ходьбе с высоким подниманием ног, познакомить с катанием мяча.	Конусы, ребристая доска, мячи по количеству детей

Сентябрь	5-6	Учить бросать мяч двумя руками, воспитывать смелость, самостоятельность, упражнять в ползании и пролезании в обруч, развивать умение действовать по сигналу, учить катить мяч, повторить ползание.	Мячи по количеству детей, обручи, конусы, колокольчик (бубен или свисток)
Сентябрь	7	Учить детей ходить, высоко поднимая ноги, учить ходьбе по ребристой доске, упражнять детей в бросании двумя руками, учить ходьбе по гимнастической скамейке, повторить ползание, развивать ловкость, самостоятельность, ориентировку в пространстве.	Мячи, конусы, ребристая доска, гимнастическая скамейка
Октябрь	1-2	Учить начинать ходьбу по сигналу, ходить по ограниченной поверхности (между двух линий), ориентироваться в пространстве групповой комнаты; развивать равновесие, двигательную активность, внимание, умение ползать, ориентироваться в пространстве.	2 длинные веревки (2,5-3м), кукла, игрушка Мишка, погремушки на каждого ребенка.
Октябрь	3-4	Развивать умение соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание, ловкость, формировать умения ловить мяч.	Стулья по количеству детей, игрушка Мишка, кукла, большой мяч.
Октябрь	5-6	Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под верёвку и бросать предмет вдаль правой и левой рукой, бегать в определённом направлении, развивать внимание, ловкость, быстроту.	2 стойки, длинная веревка, атрибуты для игры.
Октябрь	7-8	Учить лазать по гимнастической стенке, бегать в определённом направлении; развивать чувство равновесия, умение реагировать на сигнал, ползать и катать мяч; развивать ловкость, инициативу, дисциплинированность, терпение; тренировать зрение и слух.	Гимнастическая стенка, мячи о количестве детей, цветные платочки по количеству детей.
Октябрь	9-10	Совершенствовать умение ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч; развивать умение действовать по сигналу, ловкость, инициативу, дисциплинированность, терпение; тренировать зрение и слух. Познакомить с выполнением прыжка вперёд на двух ногах; учить бросать предмет в горизонтальную цель в определённом направлении.	Мешочки с песком, длинная веревка, обруч, кубики, мячи.
Октябрь	11-12	Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать мяч вдаль из-за головы двумя руками, ползать на четвереньках; развивать чувство равновесия, умение передвигаться в определённом направлении, подражать движениям.	Мешочки с песком, длинная веревка, обруч.

		Совершенствовать выполнение прыжка вперёд на двух ногах; умение бросать предмет в горизонтальную цель в определённом направлении.	
Ноябрь	1-2	Учить прыгать в длину с места, закреплять метание вдаль из-за головы, способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Учить ходить парами в определённом направлении, приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений; развивать быстроту, ловкость.	Малые мячи, мячи по количеству детей, 2 длинные веревки, игрушка, погремушки
Ноябрь	3-4	Закрепить умение ходить парами в определённом направлении, приучать внимательно слушать и ждать сигнала для начала движений. Учить согласовывать движения с движениями других детей, действовать по сигналу; укреплять мышцы туловища и конечностей.	Малые мячи, мячи по количеству детей, 2 длинные веревки, игрушка, погремушки, цветные ленточки
Ноябрь	5-6	Учить бросать мячи разными способами, ритмично двигаться; развивать чувство равновесия, глазомер, способность к подражанию. Закреплять умение бросать мячи разными способами, ритмично двигаться; развивать чувство равновесия, глазомер, способность к подражанию.	Малые обручи, мячи по количеству детей
Ноябрь	7-8	Закреплять умение прыгать в длину с места, переступать через препятствия, реагировать на сигнал, действовать по сигналу; развивать координацию движений; учить ориентироваться в пространстве. Учить ходить по кругу, взявшись за руки, ползать на четвереньках, переступать через препятствия, катать мяч, ходить на носочках, соблюдать определённое направление, двигаться ритмично.	Мешочки с песком, кубики, длинная веревка, машинка, мячи, корзина
Ноябрь	9-10	Закреплять умение ходить по кругу, взявшись за руки, ползать на четвереньках, переступать через препятствия, катать мяч, ходить на носочках, соблюдать определённое направление, двигаться ритмично. Учить ходьбе в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, перекачиванию мяча друг другу, простым танцевальным движениям; развивать ловкость, быстроту реакции, чувство равновесия, координацию зрения и слуха, умение сдерживать себя.	Стулья, мячи (по 1 на двоих), флажки, 2 конуса, длинная веревка, игрушка
Ноябрь	11-12	Учить организованно перемещаться в определённом направлении, подлезать под рейку, прыгать в длину с места на двух ногах, ползать; развивать ловкость и координацию движений. Закреплять	Стулья по количеству детей, мячи, веревка

		умение ходьбы в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга, перекачиванию мяча друг другу, простым танцевальным движениям; развивать ловкость, быстроту реакции, чувство равновесия.	
Декабрь	1-2	Учить метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, ходить по кругу, взявшись за руки, двигаться под музыку. Учить ходить по гимнастической скамейке, не теряя равновесия, катать мяч с попаданием в ворота, развивать внимание, ловкость, быстроту.	Мешочки с песком (или малые мячи), длинная веревка, обруч
Декабрь	3-4	Закреплять умение метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места, ходить по кругу, взявшись за руки, двигаться под музыку. Учить прыгать в длину с места, развивать ловкость, глазомер, чувство равновесия, умение различать цвет и форму предмета; укреплять мышцы туловища.	Цветные платочки, мячи, гимнастическая скамейка, дуги
Декабрь	5-6	Учить прыгать в длину с места на двух ногах, ползать на четвереньках, подлезать под рейку, слушать сигналы и реагировать на них; развивать внимание, координацию движений. Закреплять умение прыгать в длину с места на двух ногах, ползать на четвереньках, подлезать под рейку, слушать сигналы и реагировать на них.	Мешочки с песком (или малые мячи), длинная веревка, обруч
Декабрь	7-8	Учить бросать вдаль правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; развивать внимание, координацию движений, ловкость и быстроту. Учить бросать и ловить мяч, выполнять упражнение вместе с другими детьми, двигаться в соответствии со словами песни, выполнять некоторые танцевальные движения.	Погремушки по кол-ву детей, 2 длинные верёвки, маленький обруч, шарики разных цветов и размеров
Декабрь	9-10	Закреплять умение бросать и ловить мяч, выполнять упражнение вместе с другими детьми, двигаться в соответствии со словами песни. Закреплять умение бросать вдаль, ходить по гимнастической скамейке, ходить друг за другом со сменой направления; развивать чувство равновесия и ориентировку в пространстве.	2 длинные верёвки, 2 дуги, маленький обруч, игрушка
Декабрь	11-12	Учить лазать по гимнастической стенке, ходить по гимнастической скамейке, прыгать в длину с места; развивать чувство равновесия, ритма и умение соотносить свои движения со словами песни. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, ходить по гимнастической скамейке, прыгать в	Короткие цветные ленточки по кол-ву детей, мяч, стулья и мешочки с песком, длинная гимнастическая скамейка, игрушки

		длину с места; развивать чувство равновесия, ритма и умение соотносить свои движения со словами песни; воспитывать смелость, выдержку и внимание.	
Январь	1-2	Учит ходить в колонне по одному, бросать в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыгать в длину с места, соблюдать во время броска указанное направление; проводить профилактику нарушений осанки и плоскостопия. Закреплять умение ползать и подлезать под верёвку, бросать вдаль из-за головы только по сигналу, согласовывать свои движения с движениями товарищей.	Мешочки с песком, длинная верёвка, 2 обруча для метания в цель, корректирующий коврик (массажный коврик или другой предмет с неровной поверхностью), мячи по кол-ву детей, 2 конуса
Январь	3-4	Закреплять умение ходить в колонне по одному, бросать в горизонтальную цель правой и левой рукой, прыгать в длину с места, соблюдать во время броска указанное направление; проводить профилактику нарушений осанки и плоскостопия. Совершенствовать прыжки в длину с места, развивать чувство равновесия, глазомер и координацию движений.	Мешочки с песком, длинная верёвка, 2 обруча для метания в цель, массажный коврик, 2 длинные верёвки, 3 – 5 больших обручей
Январь	5-6	Закреплять умения ползать по гимнастической скамейке, метать вдаль правой и левой рукой; учить быстро реагировать на сигнал. Совершенствовать прыжки в длину с места, развивать чувство равновесия, глазомер и координацию движений.	Цветные флажки и мешочки с песком, гимнастическая скамейка, 2 длинные верёвки, 3 – 5 больших обручей
Январь	7-8	Учить катать мяч, соблюдая направление при катании; упражнять в лазанье по гимнастической скамейке, развивать координацию движений; учить дружно играть. Совершенствовать умения метать в горизонтальную цель правой и левой рукой, ползать по гимнастической скамейке; приучать выполнять задание самостоятельно; тренировать разнообразные движения; формировать правильную осанку; развивать ловкость, быстроту, чувство равновесия и координацию движений.	Цветные платочки и средние мячи, 2 – 3 дуги, гимнастическая стенка, погремушки, мешочки с песком и мячи, гимнастическая скамейка, 3 – 4 больших обруча для метания в цель, мяч
Январь	9-10	Совершенствовать умение катать мяч, соблюдая направление при катании; упражнять в лазанье по гимнастической скамейке, развивать координацию движений; учить дружно играть. Закреплять умения ходить и бегать в колонне по одному, прыгать в длину с места, метать в горизонтальную цель правой и левой рукой; развивать глазомер, стараясь попадать в цель; обучать	Цветные платочки и мячи, 2 – 3 дуги, гимнастическая стенка, погремушки, мешочки с песком, гимнастическая скамейка, 3 – 4 больших обруча для метания в цель

		ритмичным движениям; повторить название частей тела.	
Январь	11-12	Закреплять умения прыгать в длину с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (верёвку), ходить по гимнастической скамейке; развивать равновесие, ориентировку в пространстве. Закреплять умения прыгать в длину с места, ползать на четвереньках и подлезать под рейку (верёвку), ходить по гимнастической скамейке; развивать равновесие.	Гимнастическая скамейка, 2 конуса, верёвка, игрушка
Февраль	1-2	Закреплять умения метать правой и левой рукой, развивать способность к подражанию, внимание. Закреплять умение метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места; развивать глазомер, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве.	Цветные ленточки и мешочки с песком, 3 – 5 больших обруча, длинная верёвка
Февраль	3-4	Закреплять умение метать в горизонтальную цель, прыгать в длину с места; развивать глазомер, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве; учить быть внимательными друг другу и при необходимости оказывать помощь. Учить спрыгивать с гимнастической скамейки, ходить по ней, ползать и подлезать, быстро реагировать на сигнал; ориентировку в пространстве, ловкость, быстроту; укреплять дыхательную систему.	Мешочки с песком, длинная верёвка, 3 – 4 больших обруча, маленькие обручи по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, 2 конуса, кукла
Февраль	5-6	Закреплять умения катать мяч друг другу, метать вдаль из-за головы, быстро реагировать на сигнал, дружно действовать в коллективе. Закреплять умения катать мяч друг другу, метать вдаль из-за головы, быстро реагировать на сигнал, дружно действовать в коллективе.	Средние мячи, 2 длинные верёвки, игрушка
Февраль	7-8	Закреплять умения катать мяч в цель, метать вдаль из-за головы, согласовывать движения с движениями товарищей; развивать ловкость, выдержку, терпение. Закреплять умение ползать и подлезать под рейку, прыгать в длину с места; развивать умения ориентироваться в пространстве; действовать по команде.	Стулья, мячи, 2 – 4 дуги, маленький обруч, цветные флажки, 2 конуса
Февраль	9-10	Закреплять умения катать мяч в цель, метать вдаль из-за головы, согласовывать движения с движениями товарищей; развивать ловкость, выдержку, терпение. Закреплять умения бросать в цель, прыгать в длину с места; развивать глазомер, координацию движений, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.	Стулья, мячи, 2 – 4 дуги, маленький обруч, мешочки с песком, длинная верёвка, 2 – 3 обруча

Февраль	11-12	Закреплять умения ходить по гимнастической скамейке, бросать и ловить мяч, развивать внимание, умение ориентироваться в пространстве, ловкость и умение дружно играть. Закреплять умения бросать в цель, прыгать в длину с места; развивать глазомер, координацию движений, быстроту, умение ориентироваться в пространстве.	Платочки по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, мяч, шапочки для игры, мешочки с песком, длинная верёвка, 2 – 3 обруча
Март	1-2	Закреплять умения ползать по гимнастической скамейке, прыгать; развивать координацию движений, быстроту, умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть; расширять словарный запас. Учить катать мяч, ползать на четвереньках; развивать глазомер и координацию движений, учить помогать друг другу, действовать по команде.	Погремушки, палка с прикреплённым на ниточке шаром, 4 – 6 кубиков; шапочки для игры, по 2 кубика для каждого ребёнка, 2 конуса, длинная верёвка, для двоих детей 1 мяч
Март	3-4	Закрепить умение катать мяч, ползать на четвереньках; развивать глазомер и координацию движений, учить помогать друг другу, действовать по команде. Закреплять умение катать мяч в цель; развивать выдержку, смелость, чувство равновесия, глазомер, точность движений.	По 2 кубика для каждого ребёнка, 2 конуса, длинная верёвка, для двоих детей 1 мяч, 6 кубиков, мяч, шапочки для игры
Март	5-6	Закреплять умения ходить по гимнастической скамейке и прыгать в длину с места на двух ногах; учить быстро реагировать на сигнал. Закреплять умение катать мяч в цель; развивать выдержку, смелость, чувство равновесия, глазомер, точность движений.	Ленточки по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, 6 кубиков высотой, мяч
Март	7-8	Учить ходить по гимнастической скамейке, спрыгивать с неё, метать вдаль из-за головы, ходить парами; развивать чувство равновесия; тренировать мышцы брюшного пресса. Закреплять умения метать вдаль правой и левой рукой; развивать ловкость, быстроту реакции и движений; формировать правильную осанку.	Маленькие обручи и мячи по кол-ву детей, гимнастическая скамейка; палочка или любая яркая игрушка, мешочки с песком, бубен или колокольчик.
Март	9-10	Закреплять умения метать вдаль правой и левой рукой; развивать ловкость, быстроту реакции и движений; формировать правильную осанку. Закреплять умения ходить по гимнастической скамейке, ползать на четвереньках и подлезать под верёвку (рейку), учить становиться в круг, взявшись за руки; развивать чувство равновесия и координации, ловкость движений; помогать преодолевать робость, действовать самостоятельно, уверенно.	Мешочки с песком, любая яркая игрушка, бубен или колокольчик, стулья по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, 2 конуса, верёвка, корзиночка с клубочками

Март	11-12	Формировать умения метать вдаль одной рукой, прыгать в длину с места; развивать координацию движений, быстроту; воспитывать внимание и умение сдерживать себя. Закреплять умения метать вдаль одной рукой, прыгать в длину с места; развивать координацию движений, быстроту; воспитывать внимание и умение сдерживать себя.	Флажки и мешочки с песком, длинная верёвка, шапочки для игры
Апрель	1-2	Учить бросать и ловить мяч, ходить по наклонной доске, ползать на четвереньках, дружно играть, помогать друг другу; развивать ловкость. Закреплять умения прыгать в длину с места, ползать по гимнастической скамейке; развивать разностороннюю координацию движений, самостоятельность и быструю реакцию на команды.	Мяч, цветные платочки по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, 2 длинные верёвки
Апрель	3-4	Закреплять умение бросать и ловить мяч, ходить по наклонной доске, ползать на четвереньках, дружно играть, помогать друг другу; развивать ловкость. Закреплять умения спрыгивать со скамейки, метать в горизонтальную цель, ползать на четвереньках, бегать в разном темпе; развивать координацию движений, чувство ритма, умение сохранять определённое направление при метании предметов.	Мяч средней величины, погремушки и мешочки с песком, гимнастическая скамейка, 3 – 4 больших обруча, бумажные самолётики
Апрель	5-6	Закреплять умения ходить по гимнастической скамейке, прыгать с неё, бросать и ловить мяч; развивать чувство равновесия и координацию движений, внимание. Закреплять умения ходить по гимнастической скамейке, прыгать с неё, бросать и ловить мяч; развивать чувство равновесия и координацию движений, внимание.	Гимнастическая скамейка, мяч средней величины, большая кукла
Апрель	7-8	Закреплять умения метать вдаль из-за головы и катать мяч друг другу; развивать глазомер, координацию движений, ловкость; учить дружно играть и быстро реагировать на сигнал. Закреплять умения метать вдаль из-за головы и катать мяч друг другу; развивать глазомер, координацию движений, ловкость; учить дружно играть и быстро реагировать на сигнал.	Погремушки и мячи по кол-ву детей, маленький обруч, игрушечный автомобиль
Апрель	9-10	Учить бросать мяч вверх и вперёд, развивать чувство равновесия, ловкость и смелость. Закреплять умения метать вдаль одной рукой и прыгать в длину с места; развивать ловкость, умение по сигналу прекращать движение; обучать маршевой ходьбе, умению ориентироваться в	По 2 кубика и 1 мячу для каждого ребёнка, волейбольная сетка или лента и 2 конуса, 4 – 5 обручей большого размера

		помещении.	
Апрель	11-12	Закреплять умение бросать мяч вверх и вперёд, развивать чувство равновесия, ловкость и смелость. Закреплять умения ходить по гимнастической скамейке, спрыгивать с неё, бросать и ловить мяч; учить дожидаться сигнала воспитателя и действовать по нему.	По 2 кубика и 1 мячу для каждого ребёнка, волейбольная сетка или лента и 2 конуса, ленточки по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, средней величины мяч
Май	1-2	Закреплять умения ползать по гимнастической скамейке и метать вдаль от груди; развивать чувство равновесия. Закреплять умения ползать по гимнастической скамейке и метать вдаль от груди; развивать чувство равновесия.	Маленькие обручи и мячи по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, 3 – 4 больших обруча
Май	3-4	Закреплять умение метать в горизонтальную цель и бросать предмет в определённом направлении; развивать чувство равновесия, ориентировку в пространстве. Закреплять умения ходить по наклонной доске, прыгать в длину с места, метать вдаль из-за головы, бросать и ловить мяч.	Мешочки с песком по кол-ву детей, 2 – 3 обруча, мячи среднего размера по кол-ву детей, большой мяч
Май	5-6	Закреплять умения прыгать в длину с места, метать вдаль из-за головы, бросать и ловить мяч; развивать смелость, ловкость и самостоятельность. Закреплять умения метать вдаль одной рукой, ползать, подлезать под дугу, прыгать; развивать ловкость, ориентировку в пространстве, умение быстро реагировать на сигнал, координацию движений.	Мячи среднего размера по кол-ву детей, большой мяч, стулья и мешочки с песком по кол-ву детей, 2 – 3 дуги или 2 конуса, верёвка, мяч
Май	7-8	Закреплять умение метать вдаль одной рукой, ходить по гимнастической скамейке; развивать ловкость, чувство равновесия, глазомер, координацию движений. Закреплять умение метать вдаль одной рукой, ходить по гимнастической скамейке; развивать ловкость, чувство равновесия, глазомер, координацию движений.	Цветные платочки и мешочки с песком по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, мяч
Май	9-10	Закреплять умения прыгать в длину с места, бросать вдаль из-за головы, катать мяч; развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, мышцы туловища и конечностей. Закреплять умения бросать мяч, ходить по гимнастической скамейке, спрыгивать с неё; развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений; воспитывать выдержку и внимание.	Мячи по кол-ву детей, гимнастическая скамейка, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой
Май	11-12	Закреплять умение бросать вдаль одной рукой, прыгать в длину с места. Закреплять умения бросать мяч, ходить по гимнастической скамейке, спрыгивать с неё; развивать чувство равновесия.	Мячи по кол-ву детей, маленький обруч, гимнастическая скамейка, волейбольная сетка или 2 стойки с лентой

**Перспективно-тематическое планирование
непосредственно-образовательной деятельности
по физическому развитию в младшей группе**

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
Сентябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке боком, ходьба «по следам», ходьба из обруча в обруч), учить прыгать в высоту до предмета; развивать внимание, быстроту, ловкость; воспитывать интерес к физкультуре.	Гимнастическая скамейка, канат, следы, обручи, бубен, маски, мяч, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	3-4	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по верёвке прямо, ползание под дугами). Учить прыгать в длину с места (20см), запрыгивать на доску (15см); развивать двигательные навыки, ловкость, внимание; воспитывать силу воли.	Гимнастическая скамейка, мешочки, канат, мат, дуга, обручи, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	5-6	Учить подбрасывать вверх и ловить мяч двумя руками; бросать мяч об пол и ловить двумя руками; катить мяч перед собой руками; учить ведению мяча ногами. Развивать ловкость, внимание, мышцы рук; воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, обручи, маски, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	7	Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, ловить мяч после отскока от пола, отбивать мяч двумя руками, отбивать мяч одной рукой. Развивать ловкость, глазомер, внимание, мышцы рук; воспитывать решительность, настойчивость.	Мячи, обручи, маски, музыкальное сопровождение.
Октябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, перешагивание через медболы, ходьба по верёвке боком, лазанье по лестнице – стремянке), учить прыгать через верёвку боком; развивать ловкость, внимание, наблюдательность, выносливость; воспитывать силу воли.	Гимнастическая скамейка, мешочки, канат, лестница, маски, мячи, музыкальное сопровождение.
Октябрь	3-4	Учить детей медленному бегу и прыжкам; развивать внимание; формировать умение выполнять упражнения вместе с инструктором; воспитывать интерес участвовать в подвижных играх.	Мячи, канат, обручи, музыкальное сопровождение.
Октябрь	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо любым способ, бросать и ловить мяч от воспитателя; развивать глазомер, меткость, внимание, мелкие мышцы рук; воспитывать интерес к играм с мячом, находчивость.	Баскетбольное кольцо, мячи, маски, музыкальное сопровождение.
Октябрь	7-8	Учить катить мяч перед собой по полу, бросать вверх и ловить двумя руками, бросать об пол и ловить после отскока, учить ведению мяча ногами перед собой;	Мячи, модули, маски, музыкальное сопровождение.

		развивать глазомер, мышцы рук, ловкость, внимание; воспитывать настойчивость.	
Октябрь	9-10	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой за инструктором, развивать координацию движений и ловкости при прокатывании мяча между предметами, упражнять в ползании, воспитывать у детей ориентировку в пространстве.	Мячи, модули, канат, музыкальное сопровождение.
Октябрь	11-12	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом по сигналу инструктора, развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии, воспитывать у детей соблюдать правила игры.	Шнур, модули, маска, музыкальное сопровождение.
Октябрь	13	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу, воспитывать дружеские отношения в игре.	Обручи, мячи, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке боком, перешагивание через медболы), учить лазать по гимнастической лестнице, учить спрыгивать с высоты 30см, прыгать в высоту до предмета; развивать выносливость, умение сохранять равновесие, внимание; воспитывать доброжелательность и взаимовыручку.	Платочек, скамейка, канат, лестница, медболы, бубен, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	3-4	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (бег, ходьба между предметами), ползании по скамейке на животе подтягиваясь руками, ходьба по доске сохраняя равновесие, развивать силу рук, выносливость, смекалку, воспитывать силу воли, сдержанность.	Платочки, скамейка, доска, медболы, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	5-6	Учить бросать вверх мяч среднего размера и ловить его двумя руками, бросать мяч об пол и ловить двумя руками, бросать мяч на дальность правой, левой рукой; развивать глазомер, мелкие мышцы рук, ловкость; воспитывать интерес к играм с мячом, дружбу.	Платочек, мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	7-8	Учить катить мяч перед собой, учить ведению мяча ногами, бросать мяч вдаль двумя руками, из-за головы, развивать глазомер, внимательность, ловкость; воспитывать хитрость, смекалку.	Платочек, медболы, мяч, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	9-10	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча между предметами, в	Мячи, обручи, маска, музыкальное сопровождение.

		ползании, воспитывать решительность.	
Ноябрь	11	Развивать умение действовать по сигналу инструктора, развивать координацию движений и ловкости при прокатывании мяча между предметами, упражнять в ползании, воспитывать силу воли.	Мячи, дуги, маска, музыкальное сопровождение.
Декабрь	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке на животе, ползание на четвереньках под дугами, перешагивание с предмета на предмет), учить прыгать в длину с места, через верёвку боком, учить прыгать из обруча в обруч, лежащие на полу; развивать ловкость, гибкость, умение владеть своим телом, умение сохранять равновесие; воспитывать интерес к физкультуре, смелость, выдержку и внимание.	Косички, бубен, гимнастическая скамейка, дуги, мат, верёвка, модули, маска, музыкальное сопровождение
Декабрь	3-4	Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе (прыжки в высоту с места, перешагивание через предметы, ползание на животе); развивать мышцы рук, гибкость, чувство равновесия, учить согласовывать свои движения с движениями товарищей; учить дружно играть.	Косички, бубен, гимнастическая скамейка, платочек, модули, музыкальное сопровождение.
Декабрь	5-6	Учить катать и бросать мяч друг другу, учить пасовать мяч ногами друг другу; развивать глазомер, меткость, внимание, учить дружно действовать в коллективе.	Косички, бубен, мячи, музыкальное сопровождение.
Декабрь	7-8	Учить катить мяч по полу перед собой, бросать мяч вверх и ловить двумя руками; бросать об пол и ловить после отскока, отбивать мяч любой одной рукой, учить вести мяч ногами перед собой по полу; развивать глазомер, ловкость, меткость, внимание, умение быстро реагировать на сигнал; учить дружно действовать в коллективе.	Косички, бубен, мячи, музыкальное сопровождение.
Декабрь	9-10	Упражнять детей ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазанье под дугой	Мячи, дуга, косички, музыкальное сопровождение.
Декабрь	11-12	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве, упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе, воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в игре.	Косички, гимнастическая доска, скамейка, маска, музыкальное сопровождение.
Январь	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке на четвереньках, ходьба по веревке, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой; пролезание под верёвкой	Гимнастическая скамейка, верёвка, модули, маски, музыкальное сопровождение.

		бок, ходьба по следам), учить прыгать на двух ногах через предметы, учить бегать змейкой между предметами; развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость, выдержку, честность.	
Январь	3-4	Учить бросать мяч в горизонтальную и вертикальную цель, развивать глазомер, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать выдержку, дружелюбие.	Мячи, обручи, музыкальное сопровождение.
Январь	5-6	Учить бросать мяч вдаль правой и левой рукой, бросать мяч об пол и ловить двумя руками во время ходьбы друг за другом по залу, учить катить мяч двумя руками перед собой; развивать ловкость, глазомер; воспитывать инициативу, дружелюбие.	Мячи, музыкальное сопровождение.
Январь	7-8	Упражнять в умении действовать по сигналу инструктора в ходьбе и беге вокруг предметов, развивать ловкость при катании мяча друг другу, повторить упражнение в ползании развивать координацию движений.	Мячи, дуги, музыкальное сопровождение.
Январь	9	Повторить с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугами сохраняя равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Мячи, гимнастическая доска, музыкальное сопровождение.
Февраль	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке, ходьба по верёвке бок, ходьба по рефренной дорожке), учить прыгать в длину с места на спортивном мате; спрыгивать с высоты, прыгать в высоту до предмета; развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость, выдержку, честность.	Гимнастические палки, маты, канат, скамейка, кубики, гимнастическая скамейка, платочек, ленточки, музыкальное сопровождение.
Февраль	3-4	Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать быстроту движений, внимание, ловкость, выносливость; воспитывать настойчивость.	Гимнастические палки, маты, кубики, гимнастическая скамейка, платочек, ленточки, музыкальное сопровождение.
Февраль	5-6	Учить бросать вверх и ловить мяч двумя руками, бросать мяч об пол, ловя его после отскока, учить ведению мяча ногами, катить мяч руками, присев; развивать ловкость, мелкие мышцы рук, внимание; воспитывать взаимовыручку.	Гимнастические палки, мячи, ленточки, модули, маска, музыкальное сопровождение.
Февраль	7-8	Учить бросать мяч об пол и ловить его после отскока двумя руками, бросать вверх и ловить двумя руками, отбивать мяч двумя руками, правой и левой рукой; развивать внимание, ловкость, силу рук, глазомер; воспитывать находчивость, интерес к физкультуре и игре с мячом.	Гимнастические палки, мячи, модули, ленточки, маска, музыкальное сопровождение.
Февраль	9-10	Упражнять детей в ходьбе переменным	Гимнастические палки,

		шагом, развивая координацию движений, разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер, воспитывать силу воли.	шнур, мячи, музыкальное сопровождение.
Март	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке боком, ходьба по верёвке прямо), учить прыгать на двух ногах по ограниченной плоскости – доска, прыгать на двух ногах через предметы; учить пролезать боком в обруч, стоящий на полу; развивать выразительность движений, выносливость, силу; воспитывать силу воли, умение действовать в коллективе.	Платочки, доска, гимнастическая скамейка, маски, канат, модули, музыкальное сопровождение.
Март	3-4	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке, ползание под дугами на четвереньках), учить прыгать в длину и в высоту (прыжки на двух ногах из обруча в обруч, прыжки в стороны через канат, продвигаясь вперёд), учить бегать змейкой между предметами; развивать выносливость, быстроту движений, силу; способствовать развитию чувства равновесия, воспитывать сдержанность, умение дружно играть.	Платочки, обручи, гимнастическая скамейка, дуги, модули, канат, музыкальное сопровождение.
Март	5-6	Учить бросать вверх мяч и ловить двумя руками, бросать мяч двумя руками об пол и ловить после его отскока, учить вести мяч ногами, катить руками по полу перед собой; развивать ловкость рук, внимание, глазомер, умение действовать по сигналу воспитателя; воспитывать выдержку, способствовать преодолению робости.	Платочки, ленточки, мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Март	7-8	Учить бросать мяч об пол и ловить его после отскока, двумя руками, учить отбивать двумя руками, правой, левой рукой, стоя на месте, бросать вдаль из-за головы, учить вести мяч ногами; развивать мелкие мышцы рук, глазомер, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми; воспитывать самостоятельность.	Платочки, мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Март	9-10	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по доске прямой, ползание на четвереньках под дугами); учить прыгать в длину с места; прыгать через канат боком; развивать ловкость, умение сохранять равновесие, выносливость; воспитывать смелость, настойчивость.	Косичка, модули, доска, мешочки, гимнастическая скамейка, канат, дуги, музыкальное сопровождение.
Март	11-12	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке, ползание под дугами на четвереньках), учить прыгать в длину и в высоту (прыжки на двух ногах из обруча в обруч, прыжки в стороны через канат, продвигаясь вперёд), учить бегать змейкой	Гимнастическая скамья, обручи, канат, медболы.

		между предметами; развивать выносливость, быстроту движений, силу; способствовать развитию чувства равновесия, воспитывать сдержанность, умение дружно играть.	
Апрель	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке прямо, перешагивание через предметы); учить прыгать на двух ногах через предметы; прыгать в высоту с места (30см); развивать ловкость, выносливость, равновесие; воспитывать смекалку, интерес к физкультуре.	Гимнастическая скамейка, канат, модули, высокий модуль, маски, бубен, музыкальное сопровождение.
Апрель	3-4	Учить бросать мяч, катать его, пасовать ногами мяч друг другу; развивать глазомер, ловкость, внимание; воспитывать взаимовыручку, честность.	Мячи, модули, бубен, музыкальное сопровождение.
Апрель	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо, бросать мяч вдаль, от груди; развивать ловкость, глазомер, меткость, внимание; воспитывать настойчивость и выдержку.	Мячи, модули, бубен, музыкальное сопровождение.
Апрель	7-8	Упражнять в прыжках в высоту с места, метании мешочков вдаль правой и левой рукой, прыжках боком через канат; развивать выносливость, глазомер, силу, меткость; воспитывать инициативу, дружелюбие.	Мешочки, бубен, канат, маски, модули, музыкальное сопровождение.
Апрель	9-10	Учить бросать мяч об пол и ловить его после отскока, двумя руками, учить отбивать двумя руками, правой, левой рукой, стоя на месте, бросать вдаль из-за головы, учить вести мяч ногами; развивать мелкие мышцы рук, глазомер, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми; воспитывать самостоятельность.	Мячи, музыкальное сопровождение
Апрель	11-12	Учить бросать мяч вдаль правой и левой рукой, бросать мяч об пол и ловить двумя руками во время ходьбы друг за другом по залу, учить катить мяч двумя руками перед собой; развивать ловкость, глазомер; воспитывать инициативу, дружелюбие.	Мячи.
Май	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по доске прямой, ползание на четвереньках под дугами); учить прыгать в высоту; метание мешочков вдаль правой и левой рукой; развивать ловкость, глазомер, умение сохранять равновесие, выносливость; воспитывать выдержку.	Косичка, доска, мешочки, дуги, модуль, музыкальное сопровождение.
Май	3-4	Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать и ловить мяч двумя руками после его отскока от пола; учить ведению мяча ногами; катить мяч руками по полу перед собой; развивать глазомер,	Мячи, модули, маски, канат, косички

		меткость, координацию движений; воспитывать взаимовыручку.	
Май	5	Учить бросать мешочки в горизонтальную и вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость; воспитывать взаимопонимание.	Косички, мешочки, обручи, маски

**Перспективно-тематическое планирование
непосредственно-образовательной деятельности
по физическому развитию в средней группе**

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
Сентябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке боком, ходьба «по следам», ходьба из обруча в обруч), учить прыгать в высоту до предмета; развивать внимание, быстроту, ловкость; воспитывать интерес к физкультуре.	Гимнастическая скамейка, канат, следы, обручи, бубен, маски, мяч, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	3-4	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по верёвке прямо, ползание под дугами). Учить прыгать в длину с места (20см), запрыгивать на доску (15см); развивать двигательные навыки, ловкость, внимание; воспитывать силу воли.	Гимнастическая скамейка, мешочки, канат, мат, дуга, обручи, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	5-6	Учить подбрасывать вверх и ловить мяч двумя руками; бросать мяч об пол и ловить двумя руками; катить мяч перед собой руками; учить ведению мяча ногами. Развивать ловкость, внимание, мышцы рук; воспитывать интерес к играм с мячом.	Мячи, обручи, маски, музыкальное сопровождение.
Октябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, перешагивание через медболы, ходьба по верёвке боком, лазанье по лестнице – стремянке), учить прыгать через верёвку боком; развивать ловкость, внимание, наблюдательность, выносливость; воспитывать силу воли.	Гимнастическая скамейка, мешочки, канат, лестница, маски, мячи, музыкальное сопровождение.
Октябрь	3-4	Учить детей медленному бегу и прыжкам; развивать внимание; формировать умение выполнять упражнения вместе с инструктором: воспитывать интерес участвовать в подвижных играх	Мячи, канат, обручи, музыкальное сопровождение.
Октябрь	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо любым способ, бросать и ловить мяч от воспитателя; развивать глазомер, меткость, внимание, мелкие мышцы рук; воспитывать интерес к играм с мячом, находчивость.	Баскетбольное кольцо, мячи, маски, музыкальное сопровождение.
Октябрь	7-8	Учить катить мяч перед собой по полу, бросать вверх и ловить двумя руками, бросать об пол и ловить после отскока, учить ведению мяча ногами перед собой; развивать глазомер, мышцы рук, ловкость,	Мячи, модули, маски, музыкальное сопровождение.

		внимание; воспитывать настойчивость.	
Октябрь	9-10	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой за инструктором, развивать координацию движений и ловкости при прокатывании мяча между предметами, упражнять в ползании, воспитывать у детей ориентировку в пространстве.	Мячи, модули, канат, музыкальное сопровождение.
Октябрь	11-12	Упражнять детей в ходьбе и беге с поворотом по сигналу инструктора, развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии, воспитывать у детей соблюдать правила игры.	Шнур, модули, маска, музыкальное сопровождение.
Октябрь	13	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу, воспитывать дружеские отношения в игре.	Обручи, мячи, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке боком, перешагивание через медболы), учить лазать по гимнастической лестнице, учить спрыгивать с высоты 30см, прыгать в высоту до предмета; развивать выносливость, умение сохранять равновесие, внимание; воспитывать доброжелательность и взаимовыручку.	Платочек, скамейка, канат, лестница, медболы, бубен, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	3-4	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (бег, ходьба между предметами), ползании по скамейке на животе подтягиваясь руками, ходьба по доске сохраняя равновесие, развивать силу рук, выносливость, смекалку, воспитывать силу воли, сдержанность.	Платочки, скамейка, доска, медболы, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	5-6	Учить бросать вверх мяч среднего размера и ловить его двумя руками, бросать мяч об пол и ловить двумя руками, бросать мяч на дальность правой, левой рукой; развивать глазомер, мелкие мышцы рук, ловкость; воспитывать интерес к играм с мячом, дружбу.	Платочек, мячи, модули, музыкальное сопровождение.
	7-8	Учить катить мяч перед собой, учить ведению мяча ногами, бросать мяч вдалеку двумя руками, из-за головы, развивать глазомер, внимательность, ловкость; воспитывать хитрость, смекалку.	
Ноябрь	9-10	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий, прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги, упражнять в прокатывании мяча между предметами, в ползании, воспитывать решительность.	Мячи, обручи, маска, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	11-12	Развивать умение действовать по сигналу	Мячи, дуги, маска,

		инструктора, развивать координацию движений и ловкости при прокатывании мяча между предметами, упражнять в ползании, воспитывать силу воли.	музыкальное сопровождение.
Декабрь	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке на животе, ползание на четвереньках под дугами, перешагивание с предмета на предмет), учить прыгать в длину с места, через верёвку боком, учить прыгать из обруча в обруч, лежащие на полу; развивать ловкость, гибкость, умение владеть своим телом, умение сохранять равновесие; воспитывать интерес к физкультуре, смелость, выдержку и внимание.	Косички, бубен, гимнастическая скамейка, дуги, мат, верёвка, модули, маска, музыкальное сопровождение
Декабрь	3-4	Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе (прыжки в высоту с места, перешагивание через предметы, ползание на животе); развивать мышцы рук, гибкость, чувство равновесия, учить согласовывать свои движения с движениями товарищей; учить дружно играть.	Косички, бубен, гимнастическая скамейка, платочек, модули, музыкальное сопровождение.
Декабрь	5-6	Учить катать и бросать мяч друг другу, учить пасовать мяч ногами друг другу; развивать глазомер, меткость, внимание, учить дружно действовать в коллективе.	Косички, бубен, мячи, музыкальное сопровождение.
Декабрь	7-8	Учить катить мяч по полу перед собой, бросать мяч вверх и ловить двумя руками; бросать об пол и ловить после отскока, отбивать мяч любой одной рукой, учить вести мяч ногами перед собой по полу; развивать глазомер, ловкость, меткость, внимание, умение быстро реагировать на сигнал; учить дружно действовать в коллективе.	Косички, бубен, мячи, музыкальное сопровождение.
Декабрь	9-10	Упражнять детей ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя, в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазанье под дугой	Мячи, дуга, косички, музыкальное сопровождение.
Декабрь	11-12	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве, упражнять в ползании на повышенной опоре и сохранении равновесия при ходьбе, воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в игре.	Косички, гимнастическая доска, скамейка, маска, музыкальное сопровождение.
Январь	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке на четвереньках, ходьба по веревке, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой; пролезание под верёвкой боком, ходьба по следам), учить прыгать на двух ногах через предметы, учить бегать змейкой между предметами;	Гимнастическая скамейка, верёвка, модули, маски, музыкальное сопровождение.

		развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость, выдержку, честность.	
Январь	3-4	Учить бросать мяч в горизонтальную и вертикальную цель, развивать глазомер, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать выдержку, дружелюбие.	Мячи, обручи, музыкальное сопровождение.
Январь	5-6	Учить бросать мяч вдаль правой и левой рукой, бросать мяч об пол и ловить двумя руками во время ходьбы друг за другом по залу, учить катить мяч двумя руками перед собой; развивать ловкость, глазомер; воспитывать инициативу, дружелюбие.	Мячи, музыкальное сопровождение.
Январь	7-8	Упражнять в умении действовать по сигналу инструктора в ходьбе и беге вокруг предметов, развивать ловкость при катании мяча друг другу, повторить упражнение в ползании, развивать координацию движений.	Мячи, дуги, музыкальное сопровождение.
Январь	9	Повторить с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугами сохраняя равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Мячи, гимнастическая доска, музыкальное сопровождение.
Февраль	1-2	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке, ходьба по верёвке боком, ходьба по рефренной дорожке), учить прыгать в длину с места на спортивном мате; спрыгивать с высоты, прыгать в высоту до предмета; развивать выразительность движений, ловкость; воспитывать настойчивость, выдержку, честность.	Гимнастические палки, маты, канат, скамейка, кубики, гимнастическая скамейка, платочек, ленточки, музыкальное сопровождение.
Февраль	3-4	Закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать быстроту движений, внимание, ловкость, выносливость; воспитывать настойчивость.	Гимнастические палки, маты, кубики, гимнастическая скамейка, платочек, ленточки
Февраль	5-6	Учить бросать вверх и ловить мяч двумя руками, бросать мяч об пол, ловя его после отскока, учить ведению мяча ногами, катить мяч руками, присев; развивать ловкость, мелкие мышцы рук, внимание; воспитывать взаимовыручку.	Гимнастические палки, мячи, ленточки, модули, маска, музыкальное сопровождение.
Февраль	7-8	Учить бросать мяч об пол и ловить его после отскока двумя руками, бросать вверх и ловить двумя руками, отбивать мяч двумя руками, правой и левой рукой; развивать внимание, ловкость, силу рук, глазомер; воспитывать находчивость, интерес к физкультуре и игре с мячом.	Гимнастические палки, мячи, модули, ленточки, маска, музыкальное сопровождение.
Февраль	9-10	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений, разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер, воспитывать силу воли.	Гимнастические палки, шнур, мячи, музыкальное сопровождение.

Февраль	11-12	Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, ловить мяч после отскока от пола, отбивать мяч двумя руками, отбивать мяч одной рукой. Развивать ловкость, глазомер, внимание, мышцы рук; воспитывать решительность, настойчивость.	Мячи, обручи, маски, музыкальное сопровождение.
Март	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке боком, ходьба по верёвке прямо), учить прыгать на двух ногах по ограниченной плоскости – доска, прыгать на двух ногах через предметы; учить пролезать боком в обруч, стоящий на полу; развивать выразительность движений, выносливость, силу; воспитывать силу воли, умение действовать в коллективе.	Платочки, доска, гимнастическая скамейка, маски, канат, модули, музыкальное сопровождение.
Март	3-4	Упражнять в равновесии (ползание по скамейке, ползание под дугами на четвереньках), учить прыгать в длину и в высоту (прыжки на двух ногах из обруча в обруч, прыжки в стороны через канат, продвигаясь вперёд), учить бегать змейкой между предметами; развивать выносливость, быстроту движений, силу; способствовать развитию чувства равновесия, воспитывать сдержанность, умение дружно играть.	Платочки, обручи, гимнастическая скамейка, дуги, модули, канат, музыкальное сопровождение.
Март	5-6	Учить бросать вверх мяч и ловить двумя руками, бросать мяч двумя руками об пол и ловить после его отскока, учить вести мяч ногами, катить руками по полу перед собой; развивать ловкость рук, внимание, глазомер, умение действовать по сигналу воспитателя; воспитывать выдержку, способствовать преодолению робости.	Платочки, ленточки, мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Март	7-8	Учить бросать мяч об пол и ловить его после отскока, двумя руками, учить отбивать двумя руками, правой, левой рукой, стоя на месте, бросать вдаль из-за головы, учить вести мяч ногами; развивать мелкие мышцы рук, глазомер, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми; воспитывать самостоятельность.	Платочки, мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Март	9-10	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по доске прямой, ползание на четвереньках под дугами); учить прыгать в длину с места; прыгать через канат боком; развивать ловкость, умение сохранять равновесие, выносливость; воспитывать смелость, настойчивость.	Косичка, модули, доска, мешочки, гимнастическая скамейка, канат, дуги, музыкальное сопровождение.
Март	11-12	Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, ловить мяч после отскока от пола, отбивать мяч двумя руками, отбивать мяч одной рукой. Развивать ловкость,	Мячи, обручи, маски, музыкальное сопровождение.

		глазомер, внимание, мышцы рук; воспитывать решительность, настойчивость.	
Апрель	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке, ходьба по верёвке прямо, перешагивание через предметы); учить прыгать на двух ногах через предметы; прыгать в высоту с места (30см); развивать ловкость, выносливость, равновесие; воспитывать смекалку, интерес к физкультуре.	Гимнастическая скамейка, канат, модули, высокий модуль, маски, бубен, музыкальное сопровождение.
Апрель	3-4	Учить бросать мяч, катать его, пасовать ногами мяч друг другу; развивать глазомер, ловкость, внимание; воспитывать взаимовыручку, честность.	Мячи, модули, бубен, музыкальное сопровождение.
Апрель	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо, бросать мяч вдаль, от груди; развивать ловкость, глазомер, меткость, внимание; воспитывать настойчивость и выдержку.	Мячи, модули, бубен, музыкальное сопровождение.
Апрель	7-8	Упражнять в прыжках в высоту с места, метании мешочков вдаль правой и левой рукой, прыжках боком через канат; развивать выносливость, глазомер, силу, меткость; воспитывать инициативу, дружелюбие.	Мешочки, бубен, канат, маски, модули, музыкальное сопровождение.
Апрель	9-10	Упражнять в равновесии (ходьба по доске прямой, ползание на четвереньках под дугами); учить прыгать в высоту; метание мешочков вдаль правой и левой рукой; развивать ловкость, глазомер, умение сохранять равновесие, выносливость; воспитывать выдержку.	Косичка, доска, мешочки, дуги, модуль
Апрель	11-12	Учить бросать мяч вверх и ловить его двумя руками, бросать и ловить мяч двумя руками после его отскока от пола; учить ведению мяча ногами; катить мяч руками по полу перед собой; развивать глазомер, меткость, координацию движений; воспитывать взаимовыручку.	Мячи, модули, маски, канат, косички
Май	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по доске прямой, ползание на четвереньках под дугами); учить прыгать в высоту; метание мешочков вдаль правой и левой рукой; развивать ловкость, глазомер, умение сохранять равновесие, выносливость; воспитывать выдержку.	Косичка, доска, мешочки, дуги, модуль, музыкальное сопровождение.
Май	3-4	Учить бросать мешочки в горизонтальную и вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость; воспитывать взаимопонимание.	Косички, мешочки, обручи, маски.

**Перспективно-тематическое планирование
непосредственно-образовательной деятельности
по физическому развитию в старшей группе**

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
Сентябрь	1-2	Учить катать обручи; прыгать на двух ногах из обруча в обруч, лежащих на полу; пролезать в обруч боком без помощи рук; надевать обручи, лежащие на полу, на себя сверху вниз через голову; развивать ловкость, наблюдательность, внимание, глазомер; воспитывать силу воли.	Обручи, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	3 (на воздухе)	Упражнять детей в беге колонной по одному в умении переходить с бега на ходьбу в сохранении равновесия, развивать точность движений при переброске мяча, воспитывать дружелюбие.	Мячи, бубен.
Сентябрь	4-5	Обучать основным видам движений; развивать координацию, ориентацию в пространстве, выносливость, учить выполнять правила игры, воспитывать дружеские отношения.	Обручи, гимнастическая скамейка, мешочки, 4 модуля, маски, канат, маты, платочек, мячики, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	6 (на воздухе)	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением, в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Обручи, мешочки, бубен.
Сентябрь	7	Учить катить мяч пальцами рук по полу; подбрасывать мяч вверх и ловить его; отбивать мяч одной рукой; отбивать мяч правой и левой рукой на месте; вести мяч при ходьбе на коленях, при ходьбе боком; учить вести мяч ногами. Развивать ловкость, мышцы рук, мелкую моторику, внимание; воспитывать решительность.	Мячи по количеству детей, бубен, модули, музыкальное сопровождение.
Октябрь	1-2	Учить перебрасывать мяч через волейбольную сетку; развивать ловкость, наблюдательность, мелкую моторику, внимание, глазомер; воспитывать силу воли, настойчивость	Мячи, сетка, модули, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Октябрь	3 (на воздухе)	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках, развивать ловкость в упражнениях с мячом, воспитывать дружеские отношения со сверстниками.	Бубен, маски
Октябрь	4-5	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по скамейке в полуприсяде, ползание под дугами, пролезание в обруч боком); учить прыгать боком через верёвку, лежащую на полу; прыгать в высоту с места; развивать	Гимнастическая скамейка, мешочки, обручи, канат, бревно, дуги, маски, султанчики, музыкальное сопровождение.

		выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать хитрость.	
Октябрь	6 (на воздухе)	Учить прыгать в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в передаче мяча не теряя его, воспитывать в детях выносливость.	Мячи по количеству детей, бубен.
Октябрь	7-8	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (ходьба и бег). Учить прыгать в высоту с места через палку, лежащую на кубах; учить ползать на животе и спине под палкой; развивать координацию движений, развивать мелкие мышцы рук; воспитывать сообразительность, смекалку, выносливость.	Модули, палка, султанчики, маски, музыкальное сопровождение.
Октябрь	9 (на воздухе)	Закреплять бросок мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками с места, в прыжке и с ведением мяча; развивать глазомер, меткость, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать справедливость.	Баскетбольное кольцо, мячи, султанчики, маски, бубен.
Октябрь	10-11	Учить лазить по гимнастической стенке одноимённым шагом, не пропуская реек, упражнять в прыжках в длину с места, отталкиваясь и приземляясь правильно. Метать на дальность левой и правой рукой способом из-за головы воспитывать дружелюбные отношения.	Гимнастическая стенка, мячи, музыкальное сопровождение.
Октябрь	12 (на воздухе)	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий, развивать ловкость в упражнениях с мячом, повторить задание в прыжках, воспитывать взаимовыручку.	Мяч, бубен, маски.
Октябрь	13	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, с ведением мяча, в прыжке; учить лазать по верёвочной лестнице; развивать глазомер, ловкость, внимание, мышцы рук; воспитывать силу воли.	Баскетбольное кольцо, мячи, султанчики, маски, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ползание на четвереньках по скамейке, ходьба по плоским гимнастическим палкам, ходьба на высоких четвереньках по канату); учить прыгать в высоту с места, через мягкие бревна боком; развивать выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать хитрость.	Гимнастическая скамейка, доска, гимнастические палки, маски, бубен, канат, модули, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	3 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе и беге; учить прыгать через шнур, не задевая его; упражнять в бросании (снизу и от груди) и ловле мяча, развивать ловкость, воспитывать выносливость.	Шнур на высоте 20 см, мячи, бубен.
Ноябрь	4-5	Закреплять основные движения в быстром темпе, учить кувыркам вперёд, ползанию на животе, подтягиваясь руками, ходьба по доске; развивать выносливость, ловкость,	Модули, доска, гимнастическая скамейка, мат, гимнастические палки, музыкальное

		быстроту движений; воспитывать умение сдерживать себя.	сопровождение.
Ноябрь	6 (на воздухе)	Упражнять детей в прыжках с приземлением на полусогнутые колени, развивать точность броска, воспитывать смекалку.	Мячи, бубен.
Ноябрь	7-8	Учить бросать средний мяч об пол (бросать одной рукой, поймать двумя руками; бросать на дальность правой и левой рукой; бросать в вертикальную цель); развивать ловкость, глазомер, внимание; воспитывать интерес к физической культуре.	Мячи, гимнастические палки, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	9 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, бросании мяча друг другу, развивать мышцы рук, воспитывать находчивость.	Мячи, бубен.
Ноябрь	10-11	Учить бросать средний мяч об стену одной рукой, ловить двумя руками; бросать в горизонтальную цель; развивать ловкость, глазомер, внимание; воспитывать смелость, выдержку, учить дружно играть.	Мячи, гимнастические палки, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Декабрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по узкой дорожке, ходьба по канату, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой, ходьба по скамейке через предметы); прыжки на двух ногах через обручи, прыжки в высоту (до предмета); развивать чувство равновесия и координацию движений, приучать выполнять задание самостоятельно; учить детей быть внимательными друг к другу.	Доска, канат, платочек, мешочки, стульчики, обручи, скамейка, музыкальное сопровождение.
Декабрь	3 (на воздухе)	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (ходьба, бег). Учить прыгать в высоту с места через палку, лежащую на кубах; учить ползать на животе по скамейке, прыгать боком через канат; развивать быстроту движений, ориентировку в пространстве; воспитывать смелость, выдержку и внимание.	Бубен, канат, палка, кубы, скамейка, стульчики, маска музыкальное сопровождение.
Декабрь	4-5	Учить перепрыгивать через гимнастические палки, не смещая их, упражняться в подбрасывание и ловле мяча, совершенствовать броски мяча друг другу из разных положений; развивать ловкость, мышцы рук; воспитывать интерес к играм.	Гимнастические палки, мячи, музыкальное сопровождение.
Декабрь	6 (на воздухе)	Упражнять в бросании мяча друг другу в парах через верёвочку, совершенствовать броски мяча друг другу из разных положений; способствовать развитию ловкости и внимания; учить дружно действовать в коллективе.	Мячи, стульчики, бубен, маска, музыкальное сопровождение.
Декабрь	7-8	Учить бросать мяч друг другу в парах	Мячи, стульчики, бубен,

		(снизу, от груди, из-за головы; учить передавать мяч ногами друг другу; бросок об пол, поймать мяч после отскока; передача мяча от груди во время движения боковым галопом); способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть, умению по сигналу прекращать движение.	маска, музыкальное сопровождение.
Декабрь	9-10	Учить детей прыжкам через скакалку, упражнять бросание мяча от груди и снизу и ловля его пальцами, упражнять в прыжках через лежащую палку с поворотом на 180 градусов, воспитывать интерес к спорту.	Скакалка, мяч, гимнастическая палка, музыкальное сопровождение.
Декабрь	11-12	Учить бросать и ловить мяч, не теряя его при ходьбе учить прыгать в длину с разбега правильно отталкиваясь и приземляясь, воспитывать взаимовыручку.	Мячи по количеству детей, маты, музыкальное сопровождение.
Январь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке приставным шагом боком, ходьба по верёвке прямо, руки в стороны, ползание по скамейке на животе); учить прыгать на двух ногах через предметы; развивать выносливость, ловкость, выразительность движений; воспитывать смелость, настойчивость.	Гимнастическая скамейка, канат, модули, мячи, музыкальное сопровождение.
Январь	3 (на воздух)	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, упражнять в поворотах прыжком на месте, повторить прыжки на правой и левой ноге огибая предметы; развивать быстроту и ловкость; воспитывать интерес к физкультуре.	Гимнастическая скамейка, канат, модули, мячи, музыкальное сопровождение.
Январь	4-5	Учить бросать мяч одной рукой об пол, поймать двумя; на дальность правой и левой рукой; в вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать находчивость, дружелюбие, честность.	Мячи, обручи, модули, музыкальное сопровождение.
Январь	6 (на воздухе)	Упражнять детей в бросании мяча на дальность правой и левой руками, в вертикальную цель; развивать глазомер, ловкость, координацию движений; воспитывать выдержку, дружелюбие	Мячи, обруч, кольцо, модули, музыкальное сопровождение.
	7-8	Учить прыгать через скакалку, прыжки в высоту через модули, метание мешочков вдаль правой и левой рукой; развивать выносливость, глазомер, ловкость, силу мышц ног и рук; воспитывать хитрость, уважение друг к другу	Гимнастические палки, модули разной высоты, мешочки, маски, музыкальное сопровождение.
	9 (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, развивать ловкость в упражнениях с	Мячи, бубен, маски.

		мячом.	
Февраль	1-2	Учить прыгать (прыжки по скамейке, прыжки на одной ноге через обручи), упражнять в равновесии (ходьба по канату, прямо; ползание на четвереньках, толкая набивной мяч головой); развивать умение сохранять равновесие, ловкость, выносливость; способствовать преодолению робости, учить дружно играть	Гимнастические палки, гимнастическая скамейка, канат, обручи, мягкие мячи, маска, музыкальное сопровождение.
Февраль	3 (на воздухе)	Закреплять основные виды движений в быстром темпе, развивать быстроту движений, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал, выполнять упражнение вместе с детьми; учить играть с детьми, воспитывать ловкость.	Гимнастическая скамейка, обручи, набивной мяч, музыкальное сопровождение.
Февраль	4-5	Учить отбивать мяч правой и левой рукой на месте, с поворотом; обучать вести мяч правой и левой рукой прямо, боком, бегом; учить подбрасывать и ловить мяч двумя руками во время ходьбы, обучать ведению мяча ногами; развивать ловкость рук, внимание, ловкость; воспитывать смелость, смекалку, учить играть дружно.	Мячи, гимнастические палки, музыкальное сопровождение.
Февраль	6 (на воздухе)	Совершенствовать перебрасывание мяча через верёвку, учить играть в волейбол; развивать ловкость, внимание, координацию движений; воспитывать командный дух, смелость.	Гимнастические палки, мячи, верёвка, музыкальное сопровождение.
Февраль	7-8	Упражнять в равновесии (бег по наклонной доске, ходьба по верёвке боком, ходьба по «следам»); учить прыгать по скамейке через предметы, прыжки в длину, с разбега); развивать координацию, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал; воспитывать наблюдательность, смелость.	Гимнастические палки, маты, канат, доска, гимнастическая скамейка, мешочки, музыкальное сопровождение.
Февраль	9 (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Мячи, бубен, маски.
Февраль	10-11	Закреплять технику бросков и ведения мяча; развивать ловкость, выносливость, силу мышц рук; воспитывать силу воли, смекалку.	Гимнастические палки, мячи, баскетбольное кольцо, музыкальное сопровождение.
Март	1-2	Учить прыгать (прыжки боком из обруча в обруч, прыжки в длину с разбега, прыжки через канат боком), упражнять в равновесии (ходьба по верёвке, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой), развивать выносливость, умение сохранять равновесие, смекалку; воспитывать умение дружно играть, смелость.	Платочки, стойки, канат, верёвка, обручи, модули, маска, музыкальное сопровождение.

Март	3-4	Учить метать мешочки на дальность правой и левой руками, в горизонтальную цель; развивать глазомер, внимание, меткость, ловкость рук; воспитывать уважение друг к другу, ловкость.	Мешочки, обруч, платочки, модули, музыкальное сопровождение.
Март	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо: с места, с ведением мяча, в прыжке; развивать выносливость, ловкость, быстроту, глазомер; воспитывать силу воли, хитрость.	Мячи, платочки, баскетбольное кольцо, кегли, флажки, маска, музыкальное сопровождение.
Март	7-8	Упражнять в бросании мяча в стену и ловле (мяч от груди, бросок от стены, поймать после отскока об пол), учить бросать мяч из-за головы на дальность); развивать глазомер, ловкость, быстроту движений; воспитывать настойчивость, наблюдательность.	Мячи, платочки, флажки, маска, музыкальное сопровождение.
Март	9-10	Учить лазать по гимнастической стенке, прыгать на дальность с места, упражнять в метании в горизонтальную цель, воспитывать смекалку.	Гимнастическая стенка, мешочки, обручи, муз.сопровождение.
Март	11-12	Учить бросать и ловить мяч, не теряя его при ходьбе учить детей подбрасывать и ловить мяч несколько раз подряд, воспитывать интерес к физкультуре.	Мячи по количеству детей, музыкальное сопровождение.
Апрель	1-2	Упражнять в метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в горизонтальную цель правой и левой рукой; развивать глазомер, внимание, меткость; воспитывать смелость и настойчивость.	Мешочки, обруч, модули, мяч, музыкальное сопровождение.
Апрель	3 (на воздухе)	Повторить ходьбу с выполнением задания, упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, развивать мышцы рук, воспитывать командный дух.	Мешочки, маски, бубен.
Апрель	4-5	Упражнять в метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в вертикальную цель одной рукой правой и левой; развивать глазомер, внимание, меткость; воспитывать выдержка и честность.	Мешочки, обруч, модули, мяч, музыкальное сопровождение.
Апрель	6 (на воздухе)	Закреплять технику бросков мяча парами: снизу, от груди, учить передавать мяч друг другу ногами (пасы); развивать внимание, умение выполнять упражнения в парах, ловкость; воспитывать взаимовыручку, дружелюбие.	Мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Апрель	7-8	Закреплять технику бросков мяча парами: снизу, от груди, об пол – поймать после отскока; учить передавать мяч друг другу ногами (пасы); развивать внимание, умение выполнять упражнения в парах, ловкость; воспитывать взаимовыручку, дружелюбие.	Мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Апрель	9 (на воздухе)	Упражнять в подбрасывании и ловле мяча, в умении самостоятельно принимать	Мячи, музыкальное сопровождение.

		исходное положение и выполнять бросок на дальность, развивать мышцы рук, воспитывать силу воли.	
Апрель	11-12	Учить бросать мешочки в горизонтальную и вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость; воспитывать взаимопонимание.	Косички, мешочки, обручи, маски, музыкальное сопровождение.
Май	1-2-3	Закреплять технику бросков и ведения мяча; развивать ловкость, выносливость, мышцы рук и ног, наблюдательность; воспитывать уважение друг к другу, умение выполнять упражнения в коллективе.	Гимнастические палки, мячи, камешек, музыкальное сопровождение.
	4-5 (на воздухе)	Повторить ходьбу с выполнением задания, упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, развивать мышцы рук, воспитывать командный дух.	Мешочки, маски, бубен.

**Перспективно-тематическое планирование
непосредственно-образовательной деятельности
по физическому развитию в подготовительной группе**

Месяц	№ занятия	Задачи	Оборудование
Сентябрь	1-2	Учить катать обручи; прыгать на двух ногах из обруча в обруч, лежащих на полу; пролезать в обруч боком без помощи рук; надевать обручи, лежащие на полу, на себя сверху вниз через голову; развивать ловкость, наблюдательность, внимание, глазомер; воспитывать силу воли.	Обручи, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	3 (на воздухе)	Упражнять детей в беге колонной по одному в умении переходить с бега на ходьбу в сохранении равновесия, развивать точность движений при переброске мяча, воспитывать дружелюбие.	Мячи, бубен.
Сентябрь	4-5	Обучать основным видам движений; развивать координацию, ориентацию в пространстве, выносливость, учить выполнять правила игры, воспитывать дружеские отношения.	Обручи, гимнастическая скамейка, мешочки, 4 модуля, маски, канат, маты, платочек, мячики, музыкальное сопровождение.
Сентябрь	6(на воздухе)	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением, в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Обручи, мешочки, бубен.
Сентябрь	7	Учить катить мяч пальцами рук по полу; подбрасывать мяч вверх и ловить его; отбивать мяч одной рукой; отбивать мяч правой и левой рукой на месте; вести мяч при ходьбе на коленях, при ходьбе боком; учить вести мяч ногами. Развивать ловкость, мышцы рук, мелкую моторику,	Мячи по количеству детей, бубен, модули, музыкальное сопровождение.

		внимание; воспитывать решительность.	
Октябрь	1-2	Учить перебрасывать мяч через волейбольную сетку; развивать ловкость, наблюдательность, мелкую моторику, внимание, глазомер; воспитывать силу воли, настойчивость	Мячи, сетка, модули, бубен, маски музыкальное сопровождение.
Октябрь	3 (на воздухе)	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами, упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках, развивать ловкость в упражнениях с мячом, воспитывать дружеские отношения со сверстниками.	Мешочки, мячи, бубен.
Октябрь	4-5	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке через предметы, ходьба по скамейке в полуприсяде, ползание под дугами, пролезание в обруч боком); учить прыгать боком через верёвку, лежащую на полу; прыгать в высоту с места; развивать выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать хитрость.	Гимнастическая скамейка, мешочки, обручи, канат, бревно, дуги, маски, султанчики, музыкальное сопровождение.
Октябрь	6 (на воздухе)	Учить прыгать в длину с места на дальность, правильно отталкиваясь и приземляясь; упражнять в передаче мяча, не теряя его; развивать ловкость, быстроту движений, внимательность; воспитывать в детях выносливость.	Мячи по количеству детей, бубен.
Октябрь	7-8	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (ходьба и бег). Учить прыгать в высоту с места через палку, лежащую на кубах; учить ползать на животе и спине под палкой; развивать координацию движений, развивать мелкие мышцы рук; воспитывать сообразительность, смекалку, выносливость	Модули, палка, султанчики, маски, музыкальное сопровождение.
Октябрь	9 (на воздухе)	Закреплять бросок мяча в баскетбольное кольцо одной и двумя руками с места, в прыжке и с ведением мяча; развивать глазомер, меткость, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать справедливость.	Баскетбольное кольцо, мячи, султанчики, маски, бубен.
Октябрь	10-11	Учить лазить по гимнастической стенке одноимённым шагом, не пропуская реек, упражнять в прыжках в длину с места, отталкиваясь и приземляясь правильно. Метать на дальность левой и правой рукой способом из-за головы воспитывать дружелюбные отношения.	Гимнастическая стенка мячи музыкальное сопровождение.
Октябрь	12 (на воздухе)	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий, развивать ловкость в упражнениях с мячом, повторить задание в прыжках, воспитывать взаимовыручку.	
Октябрь	13	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, с ведением мяча, в прыжке; учить лазать по верёвочной лестнице; развивать	Баскетбольное кольцо, мячи, султанчики, маски, музыкальное

		глазомер, ловкость, внимание, мышцы рук; воспитывать силу воли.	сопровождение.
Ноябрь	1-2	Упражнять в равновесии (ползание на четвереньках по скамейке, ходьба по плоским гимнастическим палкам, ходьба на высоких четвереньках по канату); учить прыгать в высоту с места, через мягкие бревна боком; развивать выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать хитрость.	Гимнастическая скамейка, доска, гимнастические палки, маски, бубен, канат, модули, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	3 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе и беге; учить прыгать через шнур, не задевая его; упражнять в бросании (снизу и от груди) и ловле мяча, воспитывать выносливость.	Шнур на высоте 20 см, мячи, бубен.
Ноябрь	4-5	Закреплять основные движения в быстром темпе, учить кувыркам вперед, ползанию на животе, подтягиваясь руками, ходьба по доске; развивать выносливость, ловкость, быстроту движений; воспитывать умение сдерживать себя.	Модули, доска, гимнастическая скамейка, мат, гимнастические палки, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	6 (на воздухе)	Упражнять детей в прыжках с приземлением на полусогнутые колени, развивать точность броска, воспитывать смекалку.	Мячи, бубен.
Ноябрь	7-8	Учить бросать средний мяч об пол (бросать одной рукой, поймать – двумя руками; бросать на дальность правой и левой рукой; бросать в вертикальную цель); развивать ловкость, глазомер, внимание; воспитывать интерес к физкультуре.	Мячи, гимнастические палки, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Ноябрь	9 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, бросании мяча друг другу, развивать мышцы рук, воспитывать находчивость.	Мячи, бубен.
Ноябрь	10-11	Учить бросать средний мяч об стену одной рукой, ловить двумя руками; бросать в горизонтальную цель; развивать ловкость, глазомер, внимание; воспитывать смелость, выдержку, учить дружно играть.	Мячи, гимнастические палки, бубен, маски, музыкальное сопровождение.
Декабрь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по узкой дорожке, ходьба по канату, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой, ходьба по скамейке через предметы); прыжки на двух ногах через обручи, прыжки в высоту (до предмета); развивать чувство равновесия и координацию движений, приучать выполнять задание самостоятельно; учить детей быть внимательными друг к другу.	Доска, канат, платочек, мешочки, стульчики, обручи, скамейка, музыкальное сопровождение.
Декабрь	3 (на воздухе)	Закреплять основные виды движений в быстром темпе (ходьба, бег). Учить прыгать в высоту с места через палку, лежащую на кубах; учить ползать на	Бубен, канат, палка, кубы, скамейка, стульчики, маска музыкальное сопровождение.

		животе по скамейке, прыгать боком через канат; развивать быстроту движений, ориентировку в пространстве; воспитывать смелость, выдержку и внимание.	
Декабрь	4-5	Учить перепрыгивать через гимнастические палки, не смещая их, упражняться в подбрасывание и ловле мяча; развивать ловкость, внимание; воспитывать уважение друг к другу.	Гимнастические палки, мячи, музыкальное сопровождение.
Декабрь	6 (на воздухе)	Упражнять в бросании мяча друг другу в парах через верёвочку, совершенствовать броски мяча друг другу из разных положений; способствовать развитию ловкости и внимания; учить дружно действовать в коллективе.	Мячи, стульчики, бубен, маска, музыкальное сопровождение.
Декабрь	7-8	Учить бросать мяч друг другу в парах (снизу, от груди, из-за головы; учить передавать мяч ногами друг другу; бросок об пол, поймать мяч после отскока; передача мяча от груди во время движения боковым галопом); способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости, учить дружно играть, умению по сигналу прекращать движение.	Мячи, стульчики, бубен, маска, музыкальное сопровождение.
Декабрь	9-10	Учить детей прыжкам через скакалку, упражнять бросание мяча от груди и снизу и ловля его пальцами, упражнять в прыжках через лежащую палку с поворотом на 180 градусов, воспитывать интерес к спорту.	Скакалка, мяч, гимнастическая палка, музыкальное сопровождение.
Декабрь	11-12	Учить бросать и ловить мяч, не теряя его при ходьбе учить прыгать в длину с разбега правильно отталкиваясь и приземляясь, воспитывать взаимовыручку.	Мячи по количеству детей, маты музыкальное сопровождение.
Январь	1-2	Упражнять в равновесии (ходьба по скамейке приставным шагом боком, ходьба по верёвке прямо, руки в стороны, ползание по скамейке на животе); учить прыгать на двух ногах через предметы; развивать выносливость, ловкость, выразительность движений; воспитывать смелость, настойчивость.	Гимнастическая скамейка, канат, модули, мячи, музыкальное сопровождение.
Январь	3 (на воздухе)	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения, упражнять в поворотах прыжком на месте, повторить прыжки на правой и левой ноге огибая предметы; развивать быстроту, силу воли; воспитывать интерес к играм.	Бубен, стойки для прыжков, маски.
Январь	4-5	Учить бросать мяч одной рукой об пол, поймать двумя; на дальность правой и левой рукой; в вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость, мелкие мышцы рук; воспитывать	Мячи, обручи, модули, музыкальное сопровождение.

		находчивость, дружелюбие, честность.	
Январь	6 (на воздухе)	Упражнять детей в бросании мяча на дальность правой и левой руками, в вертикальную цель; развивать глазомер, ловкость, координацию движений; воспитывать выдержку, дружелюбие.	Мячи, обруч, кольцо, модули, музыкальное сопровождение.
Январь	7-8	Учить прыгать через скакалку, прыжки в высоту через модули, метание мешочков вдаль правой и левой рукой; развивать выносливость, глазомер, ловкость, силу мышц ног и рук; воспитывать хитрость, уважение друг к другу.	Гимнастические палки, модули разной высоты, мешочки, маски, музыкальное сопровождение.
Январь	9 (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, развивать ловкость в упражнениях с мячом; воспитывать находчивость.	Мячи, бубен, маски.
Февраль	1-2	Учить прыгать (прыжки по скамейке, прыжки на одной ноге через обручи), упражнять в равновесии (ходьба по канату, прямо; ползание на четвереньках, толкая набивной мяч головой); развивать умение сохранять равновесие, ловкость, выносливость; способствовать преодолению робости, учить дружно играть.	Гимнастические палки, гимнастическая скамейка, канат, обручи, мягкие мячи, маска, музыкальное сопровождение.
Февраль	3 (на воздухе)	Закреплять основные виды движений в быстром темпе, развивать быстроту движений, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал, выполнять упражнение вместе с детьми; учить играть с детьми, воспитывать ловкость.	Гимнастическая скамейка, обручи, набивной мяч, музыкальное сопровождение.
Февраль	4-5	Учить отбивать мяч правой и левой рукой на месте, с поворотом; обучать вести мяч правой и левой рукой прямо, боком, бегом; учить подбрасывать и ловить мяч двумя руками во время ходьбы, обучать ведению мяча ногами; развивать ловкость рук, внимание, ловкость; воспитывать смелость, смекалку, учить играть дружно.	Мячи, гимнастические палки, музыкальное сопровождение.
Февраль	6 (на воздухе)	Совершенствовать перебрасывание мяча через верёвку, учить играть в волейбол; развивать ловкость, внимание, координацию движений; воспитывать командный дух, смелость.	Гимнастические палки, мячи, верёвка, музыкальное сопровождение.
Февраль	7-8	Упражнять в равновесии (бег по наклонной доске, ходьба по верёвке боком, ходьба по «следам»); учить прыгать по скамейке через предметы, прыжки в длину, с разбега); развивать координацию, ловкость, умение быстро реагировать на сигнал; воспитывать наблюдательность, смелость.	Гимнастические палки, маты, канат, доска, гимнастическая скамейка, мешочки, музыкальное сопровождение.

Февраль	9 (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Мячи, бубен, маски.
Февраль	10-11	Закреплять технику бросков и ведения мяча; развивать ловкость, выносливость, силу мышц рук; воспитывать силу воли, смекалку.	Гимнастические палки, мячи, баскетбольное кольцо, музыкальное сопровождение.
Март	1-2	Учить прыгать (прыжки боком из обруча в обруч, прыжки в длину с разбега, прыжки через канат боком), упражнять в равновесии (ходьба по верёвке, приставляя пятку одной ноги к пальцам другой), развивать выносливость, умение сохранять равновесие, смекалку; воспитывать умение дружно играть, смелость.	Платочки, стойки, канат, верёвка, обручи, модули, маска, музыкальное сопровождение.
Март	3-4	Учить метать мешочки на дальность правой и левой руками, в горизонтальную цель; развивать глазомер, внимание, меткость, ловкость рук; воспитывать уважение друг к другу, ловкость.	Мешочки, обруч, платочки, модули, музыкальное сопровождение.
Март	5-6	Учить бросать мяч в баскетбольное кольцо: с места, с ведением мяча, в прыжке; развивать выносливость, ловкость, быстроту, глазомер; воспитывать силу воли, хитрость.	Мячи, платочки, баскетбольное кольцо, кегли, флажки, маска, музыкальное сопровождение.
Март	7-8	Упражнять в бросании мяча в стену и ловле (мяч от груди, бросок от стены, поймать после отскока об пол), учить бросать мяч из-за головы на дальность); развивать глазомер, ловкость, быстроту движений; воспитывать настойчивость, наблюдательность.	Мячи, платочки, флажки, маска, музыкальное сопровождение.
Март	9-10	Учить лазать по гимнастической стенке, прыгать на дальность с места, упражнять в метании в горизонтальную цель, воспитывать смекалку	Гимнастическая стенка, мешочки, обручи, музыкальное сопровождение.
Март	11-12	Учить бросать и ловить мяч, не теряя его при ходьбе учить детей подбрасывать и ловить мяч несколько раз подряд, воспитывать интерес к физкультуре.	Мячи по количеству детей, музыкальное сопровождение.
Апрель	1-2	Упражнять в метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в горизонтальную цель правой и левой рукой; развивать глазомер, внимание, меткость; воспитывать смелость и настойчивость.	Мешочки, обруч, модули, мяч, музыкальное сопровождение.
Апрель	3 (на воздухе)	Повторить ходьбу с выполнением задания, упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, развивать мышцы рук, воспитывать командный дух.	Мешочки, маски, бубен.
Апрель	4-5	Упражнять в метании мешочков вдаль правой и левой рукой, в вертикальную	Мешочки, обруч, модули, мяч, музыкальное

		цель одной рукой правой и левой; развивать глазомер, внимание, меткость; воспитывать выдержка и честность.	сопровождение.
Апрель	6 (на воздухе)	Закреплять технику бросков мяча парами: снизу, от груди, учить передавать мяч друг другу ногами (пасы); развивать внимание, умение выполнять упражнения в парах, ловкость; воспитывать взаимовыручку, дружелюбие.	Мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Апрель	7-8	Закреплять технику бросков мяча парами: снизу, от груди, об пол – поймать после отскока; учить передавать мяч друг другу ногами (пасы); развивать внимание, умение выполнять упражнения в парах, ловкость; воспитывать взаимовыручку, дружелюбие.	Мячи, модули, музыкальное сопровождение.
Апрель	9 (на воздухе)	Упражнять в подбрасывании и ловле мяча, в умении самостоятельно принимать исходное положение и выполнять бросок на дальность, развивать мышцы рук, воспитывать силу воли.	Мячи, музыкальное сопровождение.
Апрель	11-12	Учить бросать мешочки в горизонтальную и вертикальную цель; развивать глазомер, меткость, ловкость; воспитывать взаимопонимание.	Косички, мешочки, обручи, маски, музыкальное сопровождение.
Май	1-2-3	Закреплять технику бросков и ведения мяча; развивать ловкость, выносливость, мышцы рук и ног, наблюдательность; воспитывать уважение друг к другу, умение выполнять упражнения в коллективе.	Гимнастические палки, мячи, камешек, музыкальное сопровождение.
Май	4-5 (на воздухе)	Повторить ходьбу с выполнением задания, упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель, развивать мышцы рук, воспитывать командный дух.	Мешочки, маски, бубен.

2.4 Связь с другими образовательными областями

Интеграция с содержанием других образовательных областей:

Здоровье

- Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно – гигиенических навыков;
- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Коммуникация

- Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей;
- Формирование видения целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека;

- Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни;

- Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья;

- Развитие свободного общения по поводу здоровья и здорового образа жизни.

Физическая культура

- Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;

- Решение общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья;

- Развитие музыкально – ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей;

- В части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения различными видами детской деятельности;

- Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение;

- Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками в совместной двигательной активности;

- Накопление опыта двигательной активности.

2.5 Перспективный план работы с родителями.

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки
1	Наглядная информация – консультации на стендах около спортивного зала и в групповых уголках	Консультация	В течение года
2	«Мама, папа, я – спортивная семья!»	Соревнование	Ноябрь
3	«Защитники Отечества»	Спортивный досуг	Февраль
4	Индивидуальная работа с родителями	Консультации, беседы	По плану

2.6 Перспективный план работы с педагогами.

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки
1	«Работа по физической культуре с детьми с ОВЗ в условиях ДОУ»	Консультация	Октябрь
2	«Игровой стретчинг для дошкольников»	Мастер-класс	Декабрь
3	«Как педагогу «не сгореть» на работе»	Семинар-практикум по здоровьесбережению педагогов ДОУ	Апрель
4	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду.	Информационные стенды	В течение года

III. Организационный раздел

3.1 Двигательная активность детей в течение недели

Возраст	Физкультурное развитие	Утренняя гимнастика	Подвижные игры	Подвижные игры на воздухе	Самостоятельная двигательная активность
2-3 года	3*10 мин	5*5 мин	5*10 мин	5*20 мин	5*15 мин
3-4 года	3*15 мин	5*10 мин	5*15 мин	5*25 мин	5*20 мин
4-5 лет	3*20 мин	5*10 мин	5*15 мин	5*30 мин	5*25 мин
5-6 лет	3*25 мин	5*10 мин	5*10 мин	5*35 мин	5*30 мин
6-7 лет	3*30 мин	5*10 мин	5*10 мин	5*40 мин	5*40 мин

3.2 Физкультурные развлечения и беседы с детьми

Физкультурные развлечения

№	Содержание работы	Возраст групп	Сроки
1.	«Колобок»	Младшая и средняя	Сентябрь
	«Все на стадион»	Старшая и подготовительная	
2.	«Теремок»	Младшая и средняя	Октябрь
	«Веселые старты»	Старшая и подготовительная	
3.	«Маленькие мышата»	Младшая и средняя	Ноябрь
	«Прогулка в лес»	Старшая и подготовительная	
4.	«В гостях у Зимы»	Младшая и средняя	Декабрь

	«Зимняя олимпиада»	Старшая и подготовительная	
5.	«Снеговички»	Младшая и средняя	Январь
	«Мы здоровые сэкономим»	Старшая и подготовительная	
6.	«Малыши-крепцы»	Младшая и средняя	Февраль
	«Буду сильный как папа»	Старшая и подготовительная	
7.	«Весна пришла»	Младшая и средняя	Март
	«А ну-ка Девочки!»	Старшая и подготовительная	
	«Мы здоровыми растем»	Праздник для всех групп	Апрель
9.	«Туристический поход»	Подготовительная группа	Май
10.	«Путешествие в Африку»	Праздник для всех групп	Июнь

Тематика бесед с детьми

№	Тема	Возраст	Сроки
1.	О правилах поведения на физкультурном занятии: в зале и на улице	Во всех возрастных группах	Сентябрь
2.	Что значит, быть здоровым?	Средний, старший возраст	Октябрь
3.	О полезных и вредных продуктах	Во всех возрастных группах	Ноябрь
4.	Зимние виды спорта, зимняя Олимпиада	Средний, старший возраст	Декабрь
5.	Если хочешь быть здоров – закаляйся!	Старший возраст	Январь
6.	Защитники Отечества – какие они?	Старший возраст	Февраль
7.	Зачем нам утренняя гимнастика?	Средний, старший возраст	Март
8.	Играем с мячом!	Во всех возрастных группах	Апрель
9.	Летние виды спорта, летняя Олимпиада	Средний, старший возраст	Май
10.	Ходить босиком полезно!	Младший, средний возраст	Июнь
	О правилах безопасности на воде!	Старший возраст	

3.3 Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

№	Автор составитель	Наименование издания	Издательство	Год Издания
1	Л.И. Пензулаева	«Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа»	Мозаика-синтез	2015
2	Л.И. Пензулаева	«Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа»	Мозаика-синтез	2015
3	Л.И. Пензулаева	«Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа»	Мозаика-синтез	2015
4	Л.И. Пензулаева	«Физкультурные занятия в детском саду: Подготовительная к школе группа»	Мозаика-синтез	2015
5	Л.И. Пензулаева	«Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3 – 7 лет»	Мозаика-синтез	2014
6	Э.Я. Степаненкова	«Сборник подвижных игр»	Мозаика-синтез	2014
7	Е.А. Сухова	«Оздоровление детей в условиях детского сада»	ТЦ Сфера,	2008
8	Е.И. Подольская	«Необычные физкультурные занятия для дошкольников»	Учитель	2011
9	Е.И. Подольская	«Комплексы лечебной гимнастики для детей»	Учитель	2011
10	В.В. Гаврилова	«Занимательная физкультура для детей 4 – 7 лет»	Учитель	2009
11	Е.В. Сулим	«Занятия по физкультуре в детском саду: игровой стретчинг»	ТЦ Сфера	2017

3.4 Система мониторинга

Мониторинг детского развития проводится два раза в год (в сентябре и мае). Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.);
- игровой деятельности;
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность);
- физического развития.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

В ходе образовательной деятельности педагоги создают диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Карта наблюдений физического развития детей младшего дошкольного возраста

Группа _____ Дата проведения _____ Инструктор по физической культуре _____

№	Фамилия, имя ребенка	Овладение основными движениями, уровень развития физических качеств						Самостоятельная двигательная деятельность			Средний балл	
		Техника бега	Скорость	Техника прыжка в длину с места	Дальность прыжка с места	Техника метания на дальность	Дальность метания	Гибкость (наклон вперед с прямыми ногами из положения сидя)	Умение перепрыгнуть на двух ногах через предмет	Умение влезть на гимнастическую стенку		Умение прокатить мяч в ворота

Оценка физического развития детей младшего дошкольного возраста

№	Показатель	Компонент	Критерий оценки/баллы
1.	Овладение основными движениями, уровень развития физических качеств	Техника бега	Соответствует норме (туловище прямое или немного наклонено вперед; выраженный момент полета (отрыв от почвы); свободное движение рук; соблюдение направления с опорой на ориентиры) / 4 Незначительно отличается от нормы (по 1-2 признакам) / 2 Не соответствует норме / 0
		Скорость (бег на 30 метров, время: мальчики – 10-11 секунд, девочки – 11-12 секунд)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно (до 2 секунд) отстает от нормы / 2 Не соответствует норме / 0

								ыми нога ми из поло жени я стоя)			

Оценка физического развития детей старшего дошкольного возраста

№	Показатель	Компонент	Критерий оценки/баллы
1.	Овладение основными движениями, уровень развития физических качеств	Техника бега	Соответствует норме (туловище прямое или немного наклонено вперед; выраженный момент полета (отрыв от почвы); свободное движение рук; соблюдение направления с опорой на ориентиры) / 4 Незначительно отличается от нормы (по 1-2 признакам) / 2 Не соответствует норме / 0
		Скорость (бег на 30 метров, время: мальчики –8-9 секунд, девочки – 9-10 секунд)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно (до 2 секунд) отстает от нормы / 2 Не соответствует норме / 0
		Техника прыжка в длину с места	Соответствует норме (и, п.: ноги слегка расставлены и согнуты в коленях. Отталкивание одновременно двумя ногами. При полете ноги слегка согнуты, руки свободны. Приземление мягкое, на обе ноги) / 4 Незначительно отличается от нормы (по 1-2 признакам) / 2 Не соответствует норме / 0
		Дальность прыжка с места (мальчики –90-100см, девочки – 80-90см)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно отстает от нормы (до 5 см) / 2 Не соответствует норме / 0
		Техника метания на дальность	Соответствует норме (и, п. стоя лицом в направлении броска. Ноги слегка расставлены. Рука согнута в локте. При замахе небольшой поворот в сторону бросающей руки. При броске выдерживает направление) / 4 Незначительно отличается от нормы (по 1 из признаков) / 2 Не соответствует норме / 0
		Дальность метания, (мальчики –4-5м, девочки – 3-4м)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно отстает от нормы (до 20 см) / 2 Не соответствует норме / 0
		Гибкость (наклон вперед с прямыми ногами из положения стоя на скамейке – 3-4см)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно отстает от нормы / 2 Не соответствует норме / 0
2.	Самостоятельная двигательная деятельность	Умение действовать с предметами	Выполняет действия на высоком техническом уровне, действует разнообразно, умеет объединяться с партнерами, вносит в выполняемые действия элементы новизны (объединение действий, внесение дополнительных двигательных элементов) / 4 Выполняет действия в полном соответствии с «программой» на высоком уровне, действует разнообразно, умеет объединяться / 3 Выполняет действия в соответствии с «программой», владеет техникой действия. Характерна: однотипность (шаблонность) выполняемых действий / 2 Выполняет действия не в полном объеме «программы», техника движений не соответствует возрастному уровню. Действия

		однотипны. / 1
	Знание подвижных игр и умение организации и самоорганизации в них	Ребенок знает 2-3 подвижных игры и умеет организовать их со сверстниками / 4 Знает 1-2 подвижных игры, но затрудняется в самостоятельной организации их / 3 Знает не более одной подвижной игры, но организует ее только с частичной помощью воспитателя / 2 Полное отсутствие знания: игр и умений их организовывать / 1

Карта наблюдений физического развития детей подготовительного к школе возраста

№	Фамилия, имя ребенка	Овладение основными движениями, уровень развития физических качеств						Самостоятельная двигательная деятельность		Средний балл
		Техника бега	Скорость	Техника прыжка в длину с места	Дальность прыжка с места	Техника метания на дальность	Дальность метания	Гибкость (наклон вперед с прямыми ногами из положения стоя)	Умение действовать с предметами	

Оценка физического развития детей старшего дошкольного возраста

№	Показатель	Компонент	Критерий оценки/баллы
1.	Овладение основными движениями, уровень развития физических качеств	Техника бега	Соответствует норме (туловище прямое или немного наклонено вперед; выраженный момент полета (отрыв от почвы); свободное движение рук; соблюдение направления с опорой на ориентиры) / 4 Незначительно отличается от нормы (по 1-2 признакам) / 2 Не соответствует норме / 0
		Скорость (бег на 30 метров, время: мальчики – 7-8 секунд, девочки – 8-9 секунд)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно (до 2 секунд) отстает от нормы / 2 Не соответствует норме / 0
		Техника прыжка в длину с места	Соответствует норме (и, п.: ноги слегка расставлены и согнуты в коленях. Отталкивание одновременно двумя ногами. При полете ноги слегка согнуты, руки свободны. Приземление мягкое, на обе ноги) / 4 Незначительно отличается от нормы (по 1-2 признакам) / 2 Не соответствует норме / 0
		Дальность прыжка с места (мальчики – 100-108см, девочки – 90-100см)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно отстает от нормы (до 5 см) / 2 Не соответствует норме / 0
		Техника метания на	Соответствует норме (и, п. стоя лицом в направлении броска. Ноги

		дальность	слегка расставлены. Рука согнута в локте. При замахе небольшой поворот в сторону бросающей руки. При броске выдерживает направление) / 4 Незначительно отличается от нормы (по 1 из признаков) / 2 Не соответствует норме / 0
		Дальность метания, (мальчики –4,5-5м, девочки – 3,5-4,5м)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно отстает от нормы (до 20 см) / 2 Не соответствует норме / 0
		Гибкость (наклон вперед с прямыми ногами из положения стоя на скамейке – 4-5см)	Соответствует норме или превышает ее / 4 Незначительно отстает от нормы / 2 Не соответствует норме / 0
2.	Самостоятельная двигательная деятельность	Умение действовать с предметами	Выполняет действия на высоком техническом уровне, действует разнообразно, умеет объединяться с партнерами, вносит в выполняемые действия элементы новизны (объединение действий, внесение дополнительных двигательных элементов) / 4 Выполняет действия в полном соответствии с «программой» на высоком уровне, действует разнообразно, умеет объединяться / 3 Выполняет действия в соответствии с «программой», владеет техникой действия. Характерна: однотипность (шаблонность) выполняемых действий / 2 Выполняет действия не в полном объеме «программы», техника движений не соответствует возрастному уровню. Действия однотипны. / 1
		Знание подвижных игр и умение организации и самоорганизации в них	Ребенок знает 2-3 подвижных игры и умеет организовать их со сверстниками / 4 Знает 1-2 подвижных игры, но затрудняется в самостоятельной организации их / 3 Знает не более одной подвижной игры, но организует ее только с частичной помощью воспитателя / 2 Полное отсутствие знания: игр и умений их организовывать / 1

Оценочная шкала показателя по таблицам:

От 3,5 до 4 баллов – оптимальный уровень (превышающий)

От 2,4 до 3,49 баллов – высокий уровень

От 1,3 до 2,39 баллов – средний уровень

От 0 до 1,29 баллов – низкий уровень

Сводная таблица по группе

Уровни	Оптимальный (превышающий)	Высокий	Средний	Низкий
Количество детей				
Показатели в %				

Анализ (оценка) уровня ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ, комментарии к выявленным особенностям развития детей; проектирование индивидуальной траектории развития:

3.5 Паспорт физкультурного зала

№	Наименование	Количество
1	Мячи	60
2	Мягкий мяч	1
3	Мячи для детского тенниса	2
4	Мячи для тенниса	3
5	Мяч для американского футбола детский	1
6	Мяч для бейсбола	1
7	Баскетбольный мяч	2
8	Волейбольный мяч	1
9	Футбольный мяч	1
10	Гандбольный мяч	1
11	Соксы	9
12	Шарики пинг-понг желтые	29
13	Шарики пинг-понг белые	7
14	Петанк игра (мячи)	1 набор
15	Шарики малые разноцветные	2 набора
16	Шарики большие разноцветные	2 набора
17	Снежки	+
18	Обручи малые	18
19	Обручи большие	39
20	Обручи алюминиевые	2
21	Гимнастические палки	31
22	Канат	1
23	Парашют малый	1
24	Парашют большой	1
25	Скакалки	20
26	Дорожка для босохождения	1
27	Мягкие круглые модули (1 – 10)	1
28	Кубики	61
29	Кегли	3 набора
30	Контейнеры яркие	2
31	Контейнеры 2,5л	3
32	Контейнеры 8л	2
33	Контейнеры 36л	1
34	Веревочки синие и красные	39
35	Флажки	+
36	Городки	2 набора
37	Скоростная лестница	1
38	Конусы	8
39	Маты	4
40	Кольцеброс	2
41	Твистер	1
42	Насос	1
43	Сачки	2
44	Клюшки и шайбы	2
45	Бочки для выносных игрушек	2
46	Сетка для мячей	1
47	Фанатские дуделки	2
48	Пуфик	1
49	Сундук	1