# МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 44 СОВЕТСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА» (МОУ детский сад № 44)

принята:

на педагогическом совете МОУ детский сад № 44 протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНА:

приказом № 107

от 30.08.2024г Заведующий МОУ детский сад № 44

Т.П. Кравченко

МОУ детский

> сад № 44

Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию детей 4 - 5 лет (средняя группа)

составлена в соответствии с требованиями Федеральной образовательной программы дошкольного образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. N 1028 и требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации
№ 1155 от 17.10.2013 г (ФГОС ДО).

### Содержание

1. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка	3
2. Содержательный раздел	
2.1. Образовательная область «Физическое развитие». Планирование образовате.	льной
деятельности	
2.1.1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	5
2.1.2. Физическое развитие	14
2.1.3. Физкультура на свежем воздухе	63
2.2. Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы	74
2.3. Подвижные игры в повседневной жизни для детей 4 - 5 лет	75
3. Организационный раздел	
3.1 Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса (примерное)	77
4. Список литературы	80

#### 1. Целевой раздел

#### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию детей 4 - 5 лет (средняя группа) составлена в соответствии с требованиями Федеральной образовательной программы дошкольного образования, утвержденной **приказом** Министерства просвещения Российской Федерации от **25 ноября 2022** г. **N 1028** и требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № **1155** от **17.10.2013** г (ФГОС ДО).

#### Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Рабочая программа реализует **единые** для Российской Федерации базовые объем и содержание, осваиваемые обучающимися в ДОО, и планируемые результаты освоения образовательной программы.

Содержание и планируемые результаты рабочей программы педагога (воспитателя) полностью соответствуют содержанию и планируемым результатам Федеральной программы.

Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию детей 4 - 5 лет (средняя группа) является общеразвивающей программой, составленной на основе инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой (издание пятое, шестое), Мозаика - Синтез, Москва, 2019, 2021.

Образовательная область «Физическое развитие» отражает основные приоритеты по приобретению двигательного опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма;
- развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

В образовательной области «Физическое развитие» появился новый раздел «Темы бесед, практических действий педагога, инструктора по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни». Материалы составлены в связи с требованиями Федеральной образовательной программы по разделу «Физическое и оздоровительное направление воспитания».

**Рабочая программа состоит их трех разделов:** целевого, содержательного и организационного.

**В целевом разделе** отражены вопросы целеполагания, постановки задач, основные подходы и принципы личностного развития дошкольников, целевые ориентиры программы.

Содержательный раздел представлен в табличном варианте, в виде годового еженедельного планирования образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие».

Новизна заключается в интеграции тем, видов, форм образовательной деятельности; включением в таблицу перспективного планирования разделов «Действия воспитателя (педагога), направленные на поддержку детской инициативы» и «Направления воспитания». Эти разделы отражают требования Федеральной образовательной программы (Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022, №1028).

**Организационный раздел** включает в себя примерную организацию образовательного процесса и методическое обеспечение образовательного процесса.

Результатом реализации рабочей программы являются **целевые ориентиры** (по ФГОС ДО и Федеральной образовательной программе).

#### К пяти годам:

ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

### 2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная область «Физическое развитие». Планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 -5 лет, обеспечивающее реализацию содержания Федеральной программы

#### 2.1.1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

#### Сентябрь

Темы бесед, практических действий педагога, инструктора по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Органы чувств: глаза,	Беседа «Части тела и органы чувств	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок имеет
рот, нос, уши».	человека»	инициатива	направлены на	представление о
Цель:	Практические действия: покажи и	Педагог (воспитатель)	формирование	частях тела и
создание условий для	назови ноги, руки, туловище, голову,	поддерживает речевые	представлений ребенка	органах чувств
формирования	рот, зубы, язык, нос.	высказывания и показ	о частях тела, об	человека.
представлений ребенка о	Двигательные упражнения:	частей тела, органов	органах чувств.	
частях тела, об органах	- ноги идут, ноги бегут;	чувств.	1980 99	
чувств.	- поднятие рук вверх - вниз, в	Двигательная		
Задача:	стороны - вниз;	инициатива		
формировать	- наклоны туловища (по	Педагог (воспитатель)		
представления ребенка о	рекомендации воспитателя).	поощряет		
частях тела, об органах		самостоятельное		
чувств.		выполнение двигательных		
3		упражнений.		
		Познавательная		

инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает стремление	
детей получить знания о частях тела, об основных органах чувств человека.	

# Октябрь

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
Для чего нужно мыть	Беседа «Для чего нужно мыть руки	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок знает
руки перед едой?»	перед едой?»	инициатива	направлены на:	последовательност
Цель:	Практические действия:	Педагог (воспитатель)	- формирование	ь действий при
создание условий для	ежедневное мытьё рук: перед едой,	комментирует	потребности	мытье рук;
формирования	после прогулки.	правильность	в соблюдении навыков	- ребенок имеет
потребности	.000 80	выполнения процедуры.	гигиены;	представление об
в соблюдении навыков		Двигательная	- формирование	опрятности
гигиены и опрятности		инициатива	потребности в	человека
в повседневной жизни.		Педагог (воспитатель)	опрятности	в повседневной
Задача:		поощряет и напоминает	в повседневной жизни.	жизни.
формировать		детям последовательность		
потребность		действий при мытье рук.		
в соблюдении навыков		Познавательная		
гигиены и опрятности		инициатива		
в повседневной жизни.		Педагог (воспитатель)		
		поддерживает стремление		
		детей в соблюдении		

навыков гигиены	
и опрятности	
в повседневной жизни.	

### Ноябрь

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Как быть здоровым?»	Беседа «Как быть здоровым?»	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Цель:	Практические действия:	инициатива	направлены на	проявляет
создание условий для	выполнение упражнений,	Педагог (воспитатель)	формирование	двигательную
формирования	укрепляющих различные органы	помогает детям	потребности	активность в
потребности	и системы организма.	в освоении практических	в ежедневной	разных видах
в двигательной	Упражнения:	действий.	двигательной	детской
деятельности.	- дыхательная гимнастика;	Двигательная	деятельности.	деятельности.
Задача:	- упражнения для зоркости глаз;	инициатива		
формировать	- ходьба и бег с согласованными	Педагог (воспитатель)		
потребность	движениями рук и ног.	помогает детям запомнить		
в ежедневной		упражнения, укрепляющие		
двигательной		различные органы		
деятельности.		и системы организма.		
		Познавательная		
		инициатива		
		Педагог (воспитатель)		
		поддерживает стремление		
		детей в ежедневной		
		двигательной		
		деятельности.		

# Декабрь

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Утренняя зарядка»	Беседа «Утренняя зарядка»	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Цель:	Практические действия:	инициатива	направлены на	проявляет волевые
создание условий для	ежедневное выполнение упражнений	Педагог (воспитатель)	формирование	усилия и интерес к
формирования	утренней зарядки.	стимулирует детей к	потребности	выполнению
потребности	94 000	ежедневному выполнению	в ежедневной	двигательных
в ежедневном		двигательных упражнений	двигательной	упражнений.
выполнении упражнений		в процессе утренней	деятельности.	
утренней зарядки.		зарядки.		
Задача:		Двигательная		
формировать		инициатива		
потребность		Педагог (воспитатель)		
в ежедневном		поддерживает проявления		
выполнении упражнений		двигательной активности		
утренней зарядки.		детей группы.		
		Познавательная		
		инициатива		
		Педагог (воспитатель)		
		поддерживает стремление		
		детей к освоению новых		
		двигательных		
		упражнений.		

# Январь

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Закаливание».	Беседа «Закаливание».	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Цель:	Практические действия:	инициатива	направлены на	проявляет волевые
создание условий для	закаливание рук, ног.	Педагог (воспитатель)	формирование интереса	усилия и интерес к
ознакомления детей с		поддерживает интерес	к освоению новых	выполнению
понятием «закаливание»		детей к закаливающим	оздоровительных	оздоровительных
Задача:		процедурам.	процедур.	процедур.
познакомить детей		Двигательная		
с понятием		инициатива		
«закаливание».		Педагог (воспитатель)		
		поддерживает		
		самостоятельные действия		
		детей при закаливании рук		
		и ног.		
		Познавательная		
		инициатива		
		Педагог (воспитатель)		
		поддерживает стремление		
		детей к освоению новых		
		оздоровительных		
		процедур.		
		5 65-20		

### Февраль

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Зачем нужен	Беседа «Зачем нужен сон?».	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок имеет
сон?»	Практические действия:	инициатива	направлены на	представление о
Цель:	выполнение рекомендаций по	Педагог (воспитатель)	поддержание интереса	важности дневного
создание условий для	засыпанию.	поддерживает интерес	детей к освоению	сна для здоровья.
ознакомления детей с		детей к выполнению	понятия «Здоровый	and to other
понятием «сон».		упражнений по	сон».	
Задача:		засыпанию.		
познакомить детей		Познавательная		
с понятием «сон».		инициатива		
		Педагог (воспитатель)		
		поддерживает стремление		
		детей к освоению понятия		
		«Здоровый сон».		

# Март

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Спортивные игры и упражнения» Цель: создание условий для участия детей в спортивных играх и упражнениях. Задача: обеспечить условия участия детей в спортивных играх и упражнениях	Беседа «Спортивные игры и упражнения». Практические действия: выполнение игровых заданий.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к участию в спортивных играх и упражнениях. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает стремление детей к участию в спортивных играх.	Действия воспитателя направлены на поддержание интереса детей к активной двигательной деятельности.	- ребенок проявляет волевые усилия при выполнении двигательных заданий и упражнений.

# Апрель

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Будем лазать, ползать, прыгать, бегать, ловить	Беседа «Будем лазать, ползать, прыгать, бегать, ловить - бросать	Коммуникативная инициатива	Действия воспитателя направлены на	- ребенок проявляет волевые
- бросать мяч».	мяч».	Педагог (воспитатель)	поддержание интереса	усилия при
Цель: создание условий для участия детей в спортивных играх и упражнениях. Задача: обеспечить условия участия детей в спортивных играх и упражнениях	Практические действия: - доползи до предмета; - лазаем как обезьянки; - бег с одним препятствием; - поймай мячик; - брось мяч в корзину.	поддерживает интерес детей к выполнению практических действий. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) отмечает успехи детей в ползании, лазании, беге, действиями с мячиком.	детей к активной двигательной деятельности.	выполнении двигательных заданий и упражнений.

### Май

Тема Цель Задача	Вид деятельности. Практические действия	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направления воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Упражнения с мячиком, скакалкой, обручем» Цель: создание условий для подвижных игр с предметами.  Задача: научить детей катать, бросать, ловить мяч, прыгать на скакалке, пролезать в обруч.	Беседа «Мой веселый звонкий мяч». Практические действия: - прокати мяч и брось в корзину; - упражнение со скакалкой: прыжки; - упражнение с обручем.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к выполнению практических действий с предметами.  Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) отмечает успехи детей в упражнениях с предметами.	Действия воспитателя направлены на поддержание интереса детей к активной двигательной деятельности.	- ребенок проявляет интерес к играм с различными предметами.

#### 2.1.2. Физическое развитие

# Планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет, обеспечивающее реализацию содержания Федеральной программы

#### Сентябрь

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Ходьба и бег. Равновесие».
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Ходьба и бег по сигналу. Прыжки».
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Мы ловкие и смелые».
4 неделя (два занятия)	Семейно-групповой спортивный праздник. Эстафета.

#### 1 неделя (два одинаковых занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

#### Нумерация занятий: 1, 2.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1, 2. «Ходьба и бег.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок умеет
Равновесие»	Краткая беседа о пользе движений	инициатива	направлены на:	ходить прямо, не
Цель:	для человека.	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	шаркая ногами,
создание условий для	Двигательная деятельность	поддерживает интерес	приобретения	сохраняя заданное
приобретения и	Построение в шеренгу. Сигнал к	детей к выполнению	двигательного опыта в	направление;
закрепления	ходьбе. Бег. Упражнения в ходьбе и	практических	процессе разных видов	- ребенок
двигательного опыта в	беге чередуются. Для того чтобы	двигательных заданий.	деятельности;	выполняет легкий
процессе разных видов	ходьба и бег не переходили в	Двигательная	- поддержание интереса	бег;
деятельности.	ходьбу по кругу, необходимо по	инициатива	детей к активной	- ребенок

				1
Задача:	углам зала поставить ориентиры	Педагог (воспитатель)	двигательной	проявляет интерес
научить	кегли, кубики.	отмечает успехи детей в	деятельности.	к участию в
простейшим	Общеразвивающие упражнения (по	умении ходить и бегать в		совместных играх
двигательным навыкам в	выбору педагога).	колонне, по сигналу.		и физических
процессе выполнения	Основные движения по теме	Педагог (воспитатель)		упражнениях;
программных	недели.	отмечает успехи детей при		- ребенок умеет
двигательных заданий.	Упражнения в равновесии.	выполнении упражнения в		реагировать на
	Прыжки на двух ногах на месте с	равновесии.		сигналы «беги»,
	поворотом кругом вправо и влево.	Педагог (воспитатель)		«стой».
		поддерживает интерес		
	Речевая деятельность	детей к подвижной игре.		
	«По ровненькой дорожке» (ходьба			
	в ритме стихотворения)			
	Художественно-эстетическая			
	деятельность			
	Слушаем музыку «Ходим - бегаем»			
	Задания: определить, под какую			
	музыку надо идти, а под какую			
	бегать.			
	COTAID.			
	Игровая деятельность			
	Подвижная игра «Найди себе			
	пару».			

**2 неделя** (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 3,4.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок может
«Ходьба и бег по	Беседа о пользе движения и	инициатива	направлены на:	поддерживать
сигналу. Прыжки»	двигательных упражнений.	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	беседу;
Цель:	Двигательная деятельность	поддерживает интерес	приобретения	- умеет ходить
создание условий для	Ходьба и бег в колонне по одному.	детей к выполнению	двигательного опыта в	прямо, сохраняя
закрепления	Бег врассыпную по сигналу.	практических	процессе разных видов	заданное
двигательного опыта в	Общеразвивающие игровые	двигательных заданий.	деятельности;	направление;
процессе разных видов	упражнения.	Двигательная	- поддержание интереса	- выполняет легкий
деятельности.	«Не пропусти мяч» (прокатывание	инициатива	детей к активной	бег;
Задача:	мяча по сигналу).	Педагог (воспитатель)	двигательной	- проявляет интерес
научить простейшим	«Не задень».	отмечает успехи детей в	деятельности.	к участию в
двигательным навыкам в	Основные движения по теме	умении ходить, бегать,		совместных играх и
процессе выполнения	недели.	прыгать.		физических
программных	Прыжки на двух ногах между	Педагог (воспитатель)		упражнениях;
двигательных заданий.	предметами. Задания выполняются	отмечает успехи детей при		- с интересом
	двумя командами.	выполнении прыжков.		слушает стихи и
	Речевая деятельность	Педагог (воспитатель)		выполняет
	«Поднимайтесь на носочки.	поддерживает интерес		характерные
	Словно тянетесь к цветочкам.	детей к подвижной игре.		движения;
	Раз, два, три четыре, пять			- взаимодействует
	Повторите – ка опять!»			со сверстниками и
	(выполнение движений).			взрослыми;
	Игровая деятельность			- проявляет
	Подвижные игры «Автомобили»,			инициативу в
	«Найдем воробышка».			подвижных играх.

3 неделя (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 5, 6.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Мы ловкие и смелые»	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок может
Цель:	Краткая беседа о правилах	инициатива	направлены на:	поддерживать
создание условий для	безопасности при выполнении	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	беседу;
закрепления	движений.	поддерживает интерес	приобретения	- проявляет
двигательного опыта в	Познавательно-	детей к беседе о правилах	двигательного опыта в	волевые усилия в
процессе разных видов	исследовательская деятельность	безопасности при	процессе разных видов	выполнении
деятельности.	Какой шнур (веревка) длиннее. Как	выполнении движений.	деятельности;	двигательных
Задача:	это определить (выполнение	Познавательная	- поддержание интереса	заданий;
научить простейшим	исследовательских действий).	инициатива	детей к активной	- проявляет
двигательным навыкам в	Двигательная деятельность	Педагог (воспитатель)	двигательной	инициативу в
процессе выполнения	Ходьба и бег по одному на носках,	поддерживает интерес	деятельности.	подвижных играх;
программных	по сигналу.	детей к выполнению		- проявляет
двигательных заданий.	Общеразвивающие игровые	исследовательских		активность в
	упражнения и основные движения.	действий.		трудовой
	Ползание на четвереньках по	Двигательная		деятельности.
	прямой между предметами.	инициатива		
	«Прокати обруч».	Педагог (воспитатель)		
	Дети стоят в две шеренги, напротив	отмечает успехи детей при		
	друг друга. У каждого ребенка	выполнении игровых		
	одной шеренги обруч. По команде	упражнений и основных		
	«Покатили» дети прокатывают	движений.		
	обруч друг другу.	Педагог (воспитатель)		
	Игровая деятельность	поддерживает интерес		
	Подвижная игра «Воробышки и	детей к подвижной игре.		
	KOT».	*		

Трудовая деятельность		
Уборка мячей и оборудования.		

**4 неделя** (два занятия: первое на ознакомление, второе на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 7, 8.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7. «Подготовка к семейно-групповой спортивной эстафете» Цель: создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада. Задача: приобщать детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.	Коммуникативная деятельность Подготовка к семейно-групповой эстафете. Обсуждение игровых заданий для участников эстафеты. Ознакомление детей и родителей с последовательностью выполнения игровых двигательных заданий.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.	Действия воспитателя направлены на создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада.	- ребенок проявляет интерес к совместному спортивному событию в жизни группы.

ативная деятельность вание участников правилах поведения при игровых заданий.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель)	Действия воспитателя направлены на создание условий для	- ребенок проявляет интерес
правилах поведения при	Педагог (воспитатель)		проявляет интерес
		создание условий для	
игровых заданий.	HOHHODSKIIIDOOF VIIVEODOO	Cooperino j chiobini Ann	к совместному
1075 (MAG)	поддерживает интерес	организации	спортивному
я видеосъёмки (при	детей и родителей к	совместного участия	событию в жизни
ителей).	совместной игровой	детей и родителей в	группы.
ная деятельность	соревновательной	спортивной жизни	
	деятельности.	детского сада.	
цания	Двигательная		
мостику».	инициатива		
ежду кеглями»	Педагог (воспитатель)		
е задень»,	поддерживает участников		
ез препятствие (кочки)»	эстафеты в процессе		
эта ло финиша»	выполнения игровых		
учи до финиция.	двигательных заданий.		
ие участников			
	ута до финиша».	та до финиша». выполнения игровых	ута до финиша». выполнения игровых

Октябрь

Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Любимые движения»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Развитие координации движений. Упражнения с предметами»
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Веселый мяч»
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: «Прыжки. Метение»

**1 неделя** (два одинаковых занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление). **Нумерация занятий - 1, 2.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1,2.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок способен
«Любимые движения»	Беседа. «Какие движения мы знаем?	инициатива	направлены на	самостоятельно
Цель:	Какие любим?».	Педагог (воспитатель)	воспитание	выполнять
создание условий для	Двигательная деятельность	поддерживает речевой	доброжелательных	двигательные
формирования опорно-	Общеразвивающие упражнения по	диалог в процессе беседы.	отношений между	упражнения;
двигательной системы	выбору педагога.	Педагог (воспитатель)	детьми в процессе	- ребенок следует
детского организма,	Основные движения.	хвалит детей за	выполнения	социальным
развитию равновесия,		проявление волевых	двигательных	нормам поведения
координации движений в	Художественно-эстетическая	усилий при выполнении	упражнений и заданий.	в подвижных
процессе занятий	деятельность	двигательных упражнений		играх;

физической культурой.	Музыкально-ритмические	и заданий.	- проявляет
Задача:	упражнения. Маршируем.		волевые усилия при
формировать опорно-	«Марш» музыка Е. Тиличеевой.		освоении основных
двигательную систему	«Бег с остановками» венгерская		движений;
детского организма,	народная мелодия, обработка И.		- доброжелательно
развитие равновесия,	Арсеева. «Поскоки» музыка		взаимодействует
координацию движений	Е. Тиличеевой.		со сверстниками и
в процессе занятий			взрослыми на
физической культурой.	Речевая деятельность		занятиях по
	Движение и речь:		физической
	Наши алые цветочки		культуре.
	Распускают лепестки.		
	Ветерок чуть дышит		
	Лепестки колышет (выполнение движений).		
	Ходьба - сохранение устойчивого		
	равновесия.		
	Равновесия.		
	гимнастической скамейке.		
	Прыжки с продвижением вперед.		
	прыжите продымением вперед.		
	Игровая деятельность		
	Подвижная игра «Кто скорее		
	добежит до кубика».		

**2 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 3,4.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок способен
«Развитие координации	Беседа о правилах безопасного	инициатива	направлены на:	самостоятельно
движений. Упражнения	поведения при выполнении	Педагог (воспитатель)	- воспитание	выполнять
с предметами»	движений.	поддерживает речевой	доброжелательных	двигательные
Цель:	Двигательная деятельность	диалог в процессе беседы.	отношений между	упражнения;
создание условий для	Общеразвивающие упражнения по	Педагог (воспитатель)	детьми в процессе	- ребенок следует
обогащения детского	выбору педагога (инструктора).	хвалит детей за	выполнения	социальным
двигательного опыта,	Речевая деятельность	проявление волевых	двигательных	нормам поведения
освоения основных	Движение и речь	усилий, самостоятельное	упражнений и заданий;	в подвижных
движений.	Раз - согнуться - разогнуться.	выполнение двигательных	- воспитание	играх;
Задача:	Два - нагнуться, подтянуться.	упражнений и заданий.	потребности к	- проявляет
обогатить двигательный	Три - в ладоши три хлопка.	Педагог (воспитатель)	ежедневной	волевые усилия при
опыт детей в процессе	Головою три кивка (выполнение	поощряет трудовую	двигательной	освоении основных
освоения основных	движений в ритме стиха).	активность детей группы.	деятельности.	движений;
движений.	Основные движения по теме			- доброжелательно
	недели,			взаимодействует
	Ходьба по гимнастической			со сверстниками и
	скамейке с удержанием равновесия.			взрослыми на
	Упражнения с предметами. Ловля			занятиях по
	мяча «Мячик кверху».			физической
	Трудовая деятельность			культуре;
	Уборка спортивного инвентаря.			- ребенок
				проявляет
				инициативу при

		выполнении
		трудовых
		поручений.

**3 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) Нумерация занятий: 5, 6.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок способен
«Веселый мяч»	Рассказ педагога (инструктора) об	инициатива	направлены на:	самостоятельно
Цель:	играх с мячом.	Педагог (воспитатель)	- воспитание	выполнять
создание условий для	Речевой диалог.	поддерживает речевой	доброжелательных	двигательные
обогащения детского	Двигательная деятельность	диалог.	отношений между	упражнения;
двигательного опыта,	Общеразвивающие упражнения и	Педагог (воспитатель)	детьми в процессе	- ребенок следует
освоения основных	основные движения с мячом:	хвалит детей за ловкость,	выполнения	социальным
движений.	- подбрасывание мяча;	проявление волевых	двигательных	нормам поведения
Задача:	- ловля мяча;	усилий, самостоятельное	упражнений и заданий;	в подвижных
богатить двигательный	- ловля мяча двумя руками;	выполнение двигательных	- воспитание	играх;
опыт детей в процессе	- индивидуальные действия с	упражнений и заданий с	потребности к	- проявляет
освоения основных	мячом;	мячом.	ежедневной	волевые усилия при
движений.	- коллективные действия с мячом;	Педагог (воспитатель)	двигательной	освоении основных
	- чередование ходьбы и бега со	поощряет трудовую	деятельности.	движений;
	средней скоростью.	активность детей группы.		- доброжелательно
	Художественно-эстетическая			взаимодействует
	деятельность			со сверстниками и
	Музыкально-ритмические движения			взрослыми на
	«Веселые мячики». Музыка			занятиях по
	В. Витлина.			физической

Трудовая деятельность	культуре;
Уборка спортивного инвентаря.	- ребенок
	реагирует на
	сигналы педагога;
	- ребенок
	проявляет
	инициативу при
	выполнении
	трудовых
	поручений.

**4 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) Нумерация занятий: 7, 8.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7,8.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок способен
«Прыжки. Метание»	Беседа о правилах безопасного	инициатива	направлены на:	самостоятельно
Цель:	выполнения движений при прыжках	Педагог (воспитатель)	- воспитание	выполнять
создание условий для	и метании.	поддерживает речевой	доброжелательных	двигательные
обогащения детского	Речевой диалог.	диалог.	отношений между	упражнения;
двигательного опыта,	Двигательная деятельность	Педагог (воспитатель)	детьми в процессе	- ребенок следует
освоения основных	Общеразвивающие упражнения:	хвалит детей за ловкость,	выполнения	социальным
движений.	чередование ходьбы и бега.	проявление волевых	двигательных	нормам поведения
Задача:	Остановка и начало движения по	усилий, самостоятельное	упражнений и заданий;	в подвижных
богатить двигательный	сигналу.	выполнение двигательных	- воспитание	играх;
опыт детей в процессе	Основные движения по теме	упражнений и заданий в	потребности к	- проявляет
освоения основных	недели.	процессе метания	ежедневной	волевые усилия при
движений.	Прыжки: исходное положение,	предмета вдаль.	двигательной	освоении основных

приседание, толчок - отталкивание двумя ногами. Метание вдаль. Исходное положение, замах, бросок.  Художественно-эстетическая деятельность Музыкально-ритмические движения «Прыжки и бег» музыка А. Серова. Трудовая деятельность Уборка спортивного инвентаря.	Педагог (воспитатель) поощряет трудовую активность детей группы.	деятельности.	движений; - ребенок реагирует на сигналы педагога; - ребенок проявляет инициативу при выполнении трудовых поручений.
---	--	---------------	--

Ноябрь

Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Лазание. Прыжки»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Движение и дыхание»
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Упражнения и игры с мячом. Развитие координации движений»
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: спортивно-музыкального развлечения «Осенние старты»

1 неделя (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление)

### Нумерация занятий - 1.2.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1,2.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок способен
«Лазание. Прыжки»	Повторение правил безопасного	инициатива	направлены на:	самостоятельно
Цель:	поведения во время лазания и	Педагог (воспитатель)	- воспитание	выполнять
создание условий для	прыжков.	поддерживает речевой	доброжелательных	двигательные
формирования	Речевой диалог.	диалог.	отношений между	упражнения;
потребности в	Двигательная деятельность	Педагог (воспитатель)	детьми в процессе	- проявляет
ежедневной	Построение. Основная ходьба.	хвалит детей за ловкость,	выполнения	ловкость при
двигательной	Бег с изменением темпа.	проявление волевых	двигательных	подлезаниии под
деятельности.	Комплекс общеразвивающих	усилий, самостоятельное	упражнений и заданий;	дугу;
Задача:	упражнений.	выполнение двигательных	- воспитание	- проявляет
формировать	Построение в шеренгу. Проверка	упражнений и заданий в	потребности к	волевые усилия при
потребность в	осанки равновесия.	процессе упражнений с	ежедневной	освоении основных
ежедневной	Упражнения с кеглей.	кеглей, подлезании под	двигательной	движений;
двигательной	Основные движения по теме	дугу.	деятельности.	- ребенок
деятельности в процессе	недели.	Педагог (воспитатель)		реагирует на
освоения разных видов	Подлезание под дугу, высота 50	поощряет трудовую		сигналы педагога;
движений.	сантиметров.	активность детей группы.		- ребенок
	Прыжки на двух ногах с набивными			проявляет
	мячами.			инициативу при
	Игровая деятельность			выполнении
	Подвижная игра «Кот и мыши».			трудовых
	Трудовая деятельность			поручений.
	Уборка спортивного инвентаря.			

**2 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) Нумерация занятий - 3,4.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок способен
«Движение и дыхание»	Беседа о правильном дыхании во	инициатива	направлены на:	самостоятельно
Цель:	время выполнения движений.	Педагог (воспитатель)	- воспитание	выполнять
создание условий для	Речевой диалог.	поддерживает речевой	доброжелательных	двигательные
формирования	Двигательная деятельность	диалог.	отношений между	упражнения;
потребности в	Общеразвивающие упражнения и	Педагог (воспитатель)	детьми в процессе	- проявляет
ежедневной	основные движения:	хвалит детей за ловкость,	выполнения	волевые усилия при
двигательной	- дыхание и движение «Насос»,	проявление волевых	двигательных	освоении основных
деятельности.	«Часики», «Крылья»;	усилий в процессе	упражнений и заданий;	движений;
Задача:	- бег с небольшой скоростью (по	выполнения заданий.	- воспитание	- ребенок
формировать	индивидуальным заданиям	Педагог (воспитатель)	потребности к	реагирует на
потребность в	педагога);	поощряет трудовую	ежедневной	сигналы педагога;
ежедневной	- медленный бег (примерно 20 - 25	активность детей группы.	двигательной	- ребенок
двигательной	метров);		деятельности.	проявляет
деятельности в процессе	- ходьба по наклонным доскам			инициативу при
освоения разных видов	(прямо).			выполнении
движений.	Игровая деятельность			трудовых
	Подвижная игра «Великаны и			поручений.
	гномы».			**************************************
	Трудовая деятельность			
	Уборка спортивного инвентаря.			

3 неделя (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление)

Нумерация занятий - 5,6.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок участвует
«Упражнения и игры с	Беседа о безопасном поведении при	инициатива	направлены на:	в беседе;
мячом.	выполнении движений.	Педагог (воспитатель)	- воспитание	- самостоятельно
Развитие координации	Речевой диалог.	поддерживает речевой	доброжелательных	выполняет
движений»	Двигательная деятельность	диалог.	отношений между	двигательные
Цель:	Общеразвивающие упражнения.	Педагог (воспитатель)	детьми в процессе	упражнения;
создание условий для	Построение. Основная ходьба.	хвалит детей за ловкость,	выполнения	- соблюдает
формирования	Ходьба и бег. Бег с изменением	проявление волевых	двигательных	правила
потребности в	темпа.	усилий в процессе	упражнений и заданий;	безопасного
ежедневной	Дыхательные упражнения.	выполнения заданий.	- воспитание	поведения
двигательной	Основные движения по теме	Педагог (воспитатель)	потребности к	- проявляет
деятельности.	недели,	поощряет трудовую	ежедневной	активность при
	Игровые упражнения «Мяч в	активность детей группы.	двигательной	выполнении
Задача:	сетку», «Подбрось и поймай»,		деятельности.	игровых
формировать	«Успей поймать».			упражнений;
потребность в	Игровая деятельность			- проявляет
ежедневной	Подвижная игра «Найди свой цвет».			активность в
двигательной	Трудовая деятельность			трудовой
деятельности в процессе	Уборка спортивного инвентаря.			деятельности.
освоения разных видов				10021
движений.				

**4 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) Нумерация занятий - 7,8.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7. «Осенние старты» (подготовка) Цель: создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада. Задача: приобщать детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.	Коммуникативная деятельность Подготовка к семейно-групповому празднику. Обсуждение игровых заданий для участников. Ознакомление детей и родителей с последовательностью выполнения игровых двигательных заданий.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.	Действия воспитателя направлены на создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада.	- ребенок проявляет интерес к совместному спортивному событию в жизни группы.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
8. «Осенние старты» (проведение). Цель: создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада. Задача: приобщать детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности.	Коммуникативная деятельность Информирование участников о правилах поведения при выполнении игровых заданий. Организация видеосъёмки (при участии родителей). Двигательная (соревновательная) деятельность Игровые соревновательные задания.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей и родителей к совместной игровой соревновательной деятельности. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает участников соревнований в процессе выполнения игровых двигательных заданий.	Действия воспитателя направлены на создание условий для организации совместного участия детей и родителей в спортивной жизни детского сада.	- ребенок проявляет интерес к совместному спортивному событию в жизни группы.

Декабрь Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел « Ходьба, бег, равновесие».
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел «Прыжки, бросание, метение, ловля».
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел «Ползание, лазание. Спортивные упражнения: катание на лыжах, санках».
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел «Развитие силовых качеств».

**1 неделя.** Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Ходьба и бег, равновесие» Нумерация занятий: 1,2.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1,2.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Промежуточная	Беседа. «Ходьба, бег, равновесие.	инициатива	направлены на	выполняет
педагогическая	Что мы умеем?»	Педагог (воспитатель)	создание условий для	программные
диагностика	Двигательные задания (с учетом	поддерживает интерес	успешного проведения	элементы ходьбы и
(мониторинг) освоения	нормативных показателей):	детей к успешному	педагогической	бега, удержания
детьми программных	- ходьба и равновесие с	выполнению	диагностики	равновесия.
(базовых) умений и	ненапряженным положением	двигательных заданий и	(мониторинга) по	199
навыков по темам	туловища и головы; ходьба на	упражнений.	освоению детьми	
«Ходьба, бег,	пятках, на носках, в полуприседе;	19-404 - 376 C	базовых умений и	
равновесие».	- ходьба с перешагиванием через		навыков.	
Цель:	предметы, по наклонной доске, по			
создание условий для	шнуру и бревну.			
проведения	Бег. Туловище прямое или			
промежуточной	наклонено немного вперед.			
педагогической	Свободное движение рук.			
диагностики	Соблюдение направления. Бег			
(мониторинга)	между предметами. Бег на скорость.			
эффективности освоения	120042 - 0202 0001			
детьми программных				
умений и навыков.				
Задача:				
проанализировать				
результат				
освоения детьми				

программных умений и навыков по физическому		
развитию.		,,,

**2 неделя.** Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Прыжки, бросание, метание, ловля» Нумерация занятий: 3,4.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4.	Двигательные задания (с учетом	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Промежуточная	нормативных показателей)	инициатива	направлены на	выполняет
педагогическая	Прыжки на двух ногах, с	Педагог (воспитатель)	создание условий для	программные
диагностика	продвижением вперед, через	поддерживает интерес	успешного проведения	движения,
(мониторинг) освоения	предметы. Прыжки в длину с места	детей к успешному	педагогической	связанные с
детьми программных	(50 - 70 см).	выполнению	диагностики	прыжками,
(базовых) умений и	Бросание, ловля, метание.	двигательных заданий и	(мониторинга) по	бросанием,
навыков по темам	Катание мяча, обруча между	упражнений.	освоению детьми	метанием, ловлей.
«Прыжки, бросание,	предметами, прокатывание мяча из	300	базовых умений и	-54
метание, ловля».	разных исходных положений.		навыков.	
Цель:	Бросание мяча вверх, ловля мяча.			
создание условий для	Отбивание мяча одной и двумя			
проведения	руками. Бросание мяча друг другу.			
промежуточной	Метание предмета на дальность (5			
педагогической	метров). Метание в горизонтальную			
диагностики	цель (расстояние 2 - 2,5 метра).			
(мониторинга)	20 VAC 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20			

эффективности освоения		
детьми программных		
умений и навыков.		
Задача:		
проанализировать		
результат		
освоения детьми		
программных умений и		
навыков по физическому		
развитию.		
1		

**3 неделя** Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Ползание. Лазание. Спортивные упражнения: катание на лыжах, санках».

### Нумерация занятий: 5,6.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6.	Двигательные задания (с учетом	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Промежуточная	нормативных показателей)	инициатива	направлены на	выполняет
педагогическая	Ползание и лазание.	Педагог (воспитатель)	создание условий для	программные
диагностика	Подлезание на четвереньках между	поддерживает интерес	успешного проведения	движения,
(мониторинг) освоения	предметами (6-8 метров). Ползание	детей к успешному	педагогической	связанные с
детьми программных	по гимнастической скамейке на	выполнению	диагностики	ползанием,
(базовых) умений и	животе. Подлезание под	двигательных заданий и	(мониторинга) по	лазанием, катанием
навыков по темам	препятствием. Лазание с опорой на	упражнений.	освоению детьми	на лыжах и санках.
«Ползание. Лазание.	стопы и ладони по доске. Лазание		базовых умений и	
Спортивные	по гимнастической стенке (высота		навыков.	
упражнения: катание на	1,5 метра). Перелезание с одного			
лыжах, санках».	пролета на другой.			
Цель:	Спортивные упражнения.			
создание условий для	Катание на санках. Подъем с			
проведения	санками на горку. Скатывание с			
промежуточной	горки. Торможение.			
педагогической	Ходьба на лыжах без времени.			
диагностики	Ходьба скользящим шагом,			
(мониторинга)	повороты.			
эффективности освоения	)F			
детьми программных				
умений и навыков.				

Задача:		
проанализировать		
результат		
освоения детьми программных умений и навыков по физическому развитию.		

**4 неделя**. Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по теме «Развитие силовых качеств». **Нумерация занятий: 7,8.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7,8. Промежуточная педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по темам «Развитие силовых качеств»». Цель: создание условий для проведения промежуточной	Двигательные задания (с учетом нормативных показателей) Упражнения для развития силы. «Сильные руки», «Влево - вправо», «Лягушки», «Кто соберет больше лент». Упражнения на выносливость. Подвижные игры с многократным повторением движений: «Поезд», «Жеребята», «На прогулке».	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к успешному выполнению двигательных заданий и упражнений.	Действия воспитателя направлены на создание условий для успешного проведения педагогической диагностики (мониторинга) по освоению детьми базовых умений и навыков.	- ребенок выполняет программные движения, связанные с развитием силы и выносливости.

диагностики		
(мониторинга)		
эффективности освоения		
детьми программных		
умений и навыков.		
Задача:		
проанализировать		
результат освоения		
детьми программных		
умений и навыков по		
физическому развитию.		

Январь Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Выходные праздничные дни
2 неделя (два занятия)	Выходные праздничные дни
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Игровая двигательная деятельность»
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: «Зимние забавы»

**3 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 5,6.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
«Игровая двигательная	Беседа о подвижных играх.	инициатива	направлены на:	принимает участие
деятельность»	Речевой диалог.	Педагог (воспитатель)	- формирование	в беседе;
1	Двигательная деятельность	поддерживает интерес	потребности	- проявляет
Цель:	Игры с бегом: «Самолеты»,	детей к подвижным играм	в ежедневной	активность в
создание условий для	«Цветные автомобили»,	с правилами.	двигательной	двигательной
овладения подвижными	«Бездомный заяц».	8	деятельности;	игровой
играми с правилами,	Игры с прыжками: «Зайцы и волк»,		- воспитание	деятельности.
элементарными нормами	«Лиса в курятнике».		доброжелательных	0000
поведения на занятиях	Игры на ориентировку в		отношений между	
по физической культуре.	пространстве: «Найди, где		детьми в процессе	
	спрятано», «Кто ушел?».		выполнения	

Задача:		двигательных	
освоить программные		упражнений и заданий.	
подвижные игры с			
правилами; научить правилам безопасного			
поведения на занятиях по физической культуре.			

**4 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 7,8.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7,8.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
«Зимние забавы»	Беседа о правилах безопасного	инициатива	направлены на:	проявляет интерес
Цель:	поведения при катании на санках и	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	к спортивным
создание условий для	лыжах.	поддерживает интерес	развития двигательных	упражнениям с
овладения подвижными	Речевой диалог.	детей к участию в зимних	умений и навыков в	зимним
играми с правилами,	Двигательная деятельность	забавах.	процессе зимних игр на	инвентарем;
элементарными нормами	Спортивные упражнения.		свежем воздухе;	- ребенок
поведения на занятиях	Санки.		- формирование	переносит
по физической культуре.	Подъем с санками в горку.		потребности	освоенные
Задача:	Скатывание с горки.		в ежедневной	движения в
освоить программные	Торможение при спуске.		двигательной	самостоятельную
подвижные игры с	Катание на санках друг друга.		деятельности;	двигательную
правилами; научить	Лыжи.		- воспитание	деятельность на
правилам безопасного	Передвижение на лыжах		доброжелательных	прогулке;
поведения на занятиях	скользящим шагом. Подъем на		отношений между	- уверенно и
по физической культуре.	горку боком и «полу ёлочкой».		детьми в процессе	активно выполняет
	Ходьба на лыжах без времени.		выполнения	элементы техники
	Игровая деятельность		двигательных	освоенных
	Игры на лыжах «Карусель в лесу»,		упражнений и заданий.	движений;
	«Воротца».			- активно общается
	The state of the s			со сверстниками и
				педагогом.

Февраль

Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Ускоряем темп движений»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Зимнее путешествие»
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Холодная зима»
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: «Зимний спортивный праздник».

**1 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление). **Нумерация занятий: 1,2.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1,2.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
«Ускоряем темп	Беседа о быстрых и ловких детях.	инициатива	направлены на:	проявляет интерес
движений»	Как этому научиться?	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	к спортивным
Цель:	Двигательная деятельность	поддерживает интерес	развития двигательных	упражнениям;
создание условий для	Упражнения: легкий бег -	детей к выполнению	умений и навыков;	- ребенок
развития физических	спокойная ходьба - успокаивающие	скоростных заданий.	- формирование	переносит
качеств: быстроты,	движения.	Двигательная	потребности	освоенные
скоростно-силовых	Общеразвивающие упражнения и	инициатива	в ежедневной	движения в
качеств, выносливости.	основные движения: хлопки в	Педагог (воспитатель)	двигательной	самостоятельную
Задача:	максимально быстром темпе перед	поддерживает волевые	деятельности;	двигательную
развивать быстроту,	собой и за спиной; быстрые	усилия детей по	- воспитание	деятельность на
скоростно-силовые	повороты палки вправо - влево.	овладению техникой	доброжелательных	прогулке;

качества, выносливость в	Скоростной бег на 15 - 20 метров.	скоростного бега.	отношений между	- уверенно и
процессе освоения	Бег за мячом «Догони и подними	344	детьми в процессе	активно выполняет
программных	мяч».		выполнения	элементы техники
двигательных	Игровая деятельность		двигательных	освоенных
упражнений и	«Совушка», «Кто скорее добежит		упражнений и заданий.	движений;
подвижных игр.	до флажка».			- активно общается
	Трудовая деятельность			со сверстниками и
	Уборка инвентаря.			педагогом;
	2001 29			- проявляет
				признаки
				трудолюбия в
				уборке инвентаря.

**2 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) Нумерация занятий: 3,4.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок умеет
«Зимнее путешествие»	Беседа о снежных мастерах,	инициатива	направлены на:	поддерживать
Цель:	которые украшают из снега и льда	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	беседу;
создание условий для	площади наших городов.	вовлекает детей в речевой	развития двигательных	- проявляет
развития физических	Речевой диалог.	диалог.	умений и навыков;	инициативу и
качеств: быстроты,	Двигательная деятельность	Двигательная	- воспитание	творчество в лепке
выносливости.	«Падают снежинки» (показ руками),	инициатива	доброжелательных	из снега;
Задача:	«Греем ноги» (топаем ногами),	Педагог (воспитатель)	отношений между	- уверенно
развивать быстроту,	«Прыгаем» (прыжки на месте),	поддерживает волевые	детьми в процессе	выполняет
выносливость в процессе	«Попадаем в цель» (используем	усилия детей в	выполнения	тематические

освоения программных двигательных упражнений и подвижных игр.	снежки), «Катаем друг друга на санках» (чья пара быстрее). Поздравляем самых быстрых. Игровая деятельность Подвижная игра «Зайцы и волк». Трудовая деятельность Лепим из снега Снежную бабу. Лепим снежки.	двигательной деятельности.	двигательных упражнений и заданий.	двигательные упражнения; - проявляет волевые усилия (чья пара быстрее); - проявляет инициативу в подвижной игре; - доброжелательно общается со сверстниками и взрослыми.
---	--	----------------------------	------------------------------------	--

**3 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 5,6.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6	Двигательная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
«Холодная зима»	Ходьба по кругу в ритм	инициатива	направлены на:	соблюдает правила
Цель:	стихотворного текста:	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	безопасности при
создание условий для	«Как на тоненький ледок	обращает внимание детей	развития двигательных	ходьбе и беге;
развития физических	Выпал беленький снежок.	на то, как ходить по кругу	умений и навыков;	- точно выполняет
качеств: быстроты,	Чтоб его не затоптать,	в ритм стихотворного	- воспитание	движения на
выносливости.	На носочки надо встать	текста:	доброжелательных	заданную
Задача:	(ходьба на носках).	Двигательная	отношений между	тематику;
развивать быстроту,	Снега мало.	инициатива	детьми в процессе	- с интересом
выносливость, в	Под снежком	Педагог (воспитатель)	выполнения	участвует в
процессе освоения	Лед сверкает смело	поддерживает волевые	двигательных	коллективных

программных	Скользким шагом мы пойдем,	усилия детей в	упражнений и заданий.	подвижных играх.
двигательных	Бойко и умело»	двигательной		327 **
упражнений и	(ходьба скользящим шагом)	деятельности.		
подвижных игр.	Легкий бег - «ловим снежинки».			
3 × 0 × 0 × 0 × 0 × 0 × 0 × 0 × 0 × 0 ×	Общеразвивающие упражнения:			
	Упражнения «Метель» (ходьба по			
	снегу, через сугробы, упражнения			
	для рук)			
	Игровая деятельность			
	Подвижная игра			
	«Котята и щенята».			

4 неделя (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление)

Нумерация занятий: 7,8.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
«Зимний спортивный	Подготовка к зимнему спортивному	инициатива	направлены на	проявляет интерес
праздник»	празднику.	Педагог (воспитатель)	создание условий для	к спортивному
(подготовка)	Обсуждение игровых заданий для	поддерживает интерес	организации зимнего	событию в жизни
Цель:	участников.	детей к совместной	спортивного праздника.	группы.
создание условий для	Ознакомление детей с	игровой деятельности.	100	270.70
организации зимнего	последовательностью выполнения			
спортивного праздника.	игровых двигательных заданий.			
Задача:	Подготовка атрибутов и			
приобщать детей к	спортивного инвентаря.			
совместной				
двигательной				
деятельности.				

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
8. «Зимний спортивный праздник» (проведение) Цель: создание условий для организации зимнего спортивного праздника.	Содержание спортивного праздника составляют игры, задания, игровые упражнения, состязания, которые состоят из освоенных детьми движений.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к совместной игровой, двигательной деятельности.	Действия воспитателя направлены на создание условий для проведения зимнего спортивного праздника.	- ребенок проявляет интерес к спортивному событию в жизни группы.
Задача: приобщать детей к совместной двигательной деятельности.				

Март Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Умелые и ловкие» (ползание, лазание, метание)
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Учимся, двигаемся, играем» (прыжки, игровые задания с предметами)
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Координация движений» (упражнения и игры для развития координации)
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: Культурно-спортивное совместное с родителями развлечение «Мы всегда здоровы!»

1 неделя (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) Нумерация занятий: 1,2

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1,2.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
«Умелые и ловкие»	Беседа.	инициатива	направлены на	проявляет интерес
(ползание, лазание,	Правила поведения на занятиях по	Педагог (воспитатель)	создание условий для	к спортивным
метание).	физической культуре.	поддерживает интерес	приобщения детей к	упражнениям;
Цель:	Двигательная деятельность	детей к совместной	физической культуре,	- ребенок
создание условий для	Ходьба разными способами в	игровой и двигательной	развитие интереса к	переносит
построения	сочетании с заданиями на	деятельности.	спорту.	освоенные
образовательной	равновесие, с изменением	Педагог (воспитатель)		движения в
двигательной	направления движений.	поощряет детей, которые		самостоятельную
деятельности на основе	Бег из разных исходных положений	демонстрируют		двигательную
взаимодействия	(стоя, сидя).	выразительность,		деятельность на
взрослых с детьми, с	Общеразвивающие упражнения (по	грациозность,		прогулке;
учетом возможностей	выбору педагога).	пластичность движений.		- уверенно и
каждого ребенка.	Основные виды движений по теме			активно выполняет
Задача: формировать	недели.			элементы техники
двигательные навыки и	Ползание по гимнастической			освоенных
умения, с учетом	скамейке с опорой на ладони и			движений;
возможностей каждого	ступни (по-медвежьи)			- активно общается
ребенка на занятиях по	Равновесие - ходьба по			со сверстниками и
физической культуре.	гимнастической скамейке боком,			педагогом.
	приставным шагом. На середине			
	скамейки присесть, руки - вперед,			
	затем подняться, пройти дальше.			
	Метение в цель (развиваем			

1	азомер). гровая деятельность	
	одвижные игры «По местам!», Іохматый пес».	

**2 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 3,4** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок может
«Учимся, двигаемся,	Беседа о правилах поведения в	инициатива	направлены на:	поддерживать
играем» (прыжки,	совместных играх.	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	беседу, отвечать на
игровые задания с	Речевой диалог	поддерживает интерес	приобщения детей к	поставленные
предметами).	«Поможешь ли ты товарищу?»	детей к совместной	физической культуре;	вопросы;
Цель:	Двигательная деятельность	игровой и двигательной	- развитие интереса к	- ребенок уверенно
создание условий для	Ходьба в разных направлениях. Бег	деятельности.	выполнению	выполняет
построения	по сигналу.	Двигательная	двигательных заданий с	двигательные
образовательной	Общеразвивающие упражнения с	инициатива	предметами;	упражнения;
двигательной	обручем (по выбору педагога).	Педагог (воспитатель)	- воспитание	- уверенно и
деятельности на основе	Основные виды движений по теме	поддерживает волевые	потребности к	активно выполняет
взаимодействия	недели.	усилия детей в	выполнению трудовых	элементы техники
взрослых с детьми, с	Прыжки на двух ногах вокруг	двигательной	поручений.	освоенных
учетом возможностей	обруча.	деятельности.		движений;
каждого ребенка.	Прыжки в длину с места (10 - 12			- активно общается
Задача: формировать	раз).			со сверстниками и
двигательные навыки и	Перебрасывание мяча через шнур			педагогом;
умения, с учетом	двумя руками (расстояние от шнура			- способен к
возможностей каждого	2 метра).			волевым усилиям;

ребенка на занятиях по	Ловля мяча после отскока об пол.	- способен
физической культуре.	Игровая деятельность	договариваться,
	Подвижные игры «Лошадка»,	учитывать
	«Бездомный заяц».	интересы других
	Трудовая деятельность	детей.
	Уборка инвентаря.	0.012 (0.00000000000000000000000000000000000

**3 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 5,6.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок может
«Координация	Беседа о правилах поведения в	инициатива	направлены на:	поддерживать
движений» (упражнения	совместных играх.	Педагог (воспитатель)	- создание условий для	беседу, отвечать на
и игры для развития	Речевой диалог	поддерживает интерес	приобщения детей к	поставленные
координации).	«Поможешь ли ты товарищу?»	детей к совместной	физической культуре;	вопросы;
Цель:	Двигательная деятельность	игровой и двигательной	- развитие интереса к	- ребенок уверенно
создание условий для	Ходьба в разных направлениях. Бег	деятельности.	выполнению	выполняет
построения	по сигналу.	Двигательная	двигательных заданий с	двигательные
образовательной	Общеразвивающие упражнения с	инициатива	предметами;	упражнения;
двигательной	обручем (по выбору педагога).	Педагог (воспитатель)	- воспитание	- уверенно и
деятельности на основе	Основные виды движений по теме	поддерживает волевые	потребности к	активно выполняет
взаимодействия	недели.	усилия детей в	выполнению трудовых	элементы техники
взрослых с детьми, с	Прыжки на двух ногах вокруг	двигательной	поручений.	освоенных
учетом возможностей	обруча.	деятельности.		движений;
каждого ребенка.	Прыжки в длину с места (10 - 12			- активно общается
Задача: формировать	pa3).			со сверстниками и
двигательные навыки и	Перебрасывание мяча через шнур			педагогом;

умения с учетом	двумя руками (расстояние от шнура	- способен к
возможностей каждого	2 метра).	волевым усилиям;
ребенка на занятиях по	Ловля мяча после отскока об пол.	- способен
физической культуре.	Игровая деятельность	договариваться,
	Подвижные игры «Лошадка»,	учитывать
	«Бездомный заяц».	интересы других
	Трудовая деятельность	детей.
	Уборка инвентаря.	

## 4 неделя

Нумерация занятий: 7,8

Занятие 7 - подготовка развлечения. Занятие 8 - проведение совместного с родителями игрового спортивного мероприятия.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7,8.	Содержание развлечения состоит из	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Культурно-спортивное	пройденных программных	инициатива	направлены на	проявляет интерес
(совместное с	двигательных упражнений, игр,	Педагог (воспитатель)	создание условий для	к совместному
родителями)	подвижных игр. Развлечение	поддерживает интерес	организации	спортивному
развлечение «Мы	включает в себя сценарное	детей и родителей к	совместного участия	событию в жизни
всегда здоровы!»	интегрированное содержание	совместной игровой	детей и родителей в	группы.
Цель:	образовательных областей	культурно-досуговой	спортивной жизни	
создание условий для	«Социально-коммуникативное	деятельности.	детского сада.	
построения	развитие», «Речевое развитие»,	Двигательная	NOT THE OWN THE STATE OF THE ST	
образовательной	«Художественно-эстетическое	инициатива		
двигательной	развитие», «Познавательное	Педагог (воспитатель)		
деятельности на основе	развитие».	поддерживает всех		
взаимодействия		участников в процессе		
взрослых с детьми с		выполнения игровых		

учетом возможностей каждого ребенка.	двигательных заданий.	
Задача: формировать		
двигательные навыки и		
умения с учетом		
возможностей каждого		
ребенка на занятиях по		
физической культуре.		

# Апрель Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Калейдоскоп движений»
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Прыжки. Метание»
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Координация движений» (упражнения и игры для развития координации)
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: «Весенняя эстафета»

**1 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление). **Нумерация занятий: 1,2.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1,2.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок владеет
«Калейдоскоп	Беседа об особенностях	инициатива	направлены на:	основными
движений» (игровое	закаливания и физических	Педагог (воспитатель)	- овладение детьми	способами
занятие).	упражнениях.	поддерживает интерес	основных	деятельности при
Цель:	Двигательная деятельность	детей к совместной	способов деятельности	выполнении
создание условий для	Ходьба и бег врассыпную, с	игровой и двигательной	при выполнении	игровых заданий и
поддержки детской	последующим нахождением своего	деятельности.	игровых заданий и	упражнений;
инициативы и	места в колонне.	Двигательная	упражнений;	- ребенок обладает
самостоятельности детей	Общеразвивающие упражнения и	инициатива	- воспитание	развитым
на занятиях по	основные движения (по выбору	Педагог (воспитатель)	доброжелательных	воображением,
физической культуре.	педагога, инструктора).	поддерживает волевые	отношений между	которое
Задача:	Игры и упражнения для развития	усилия детей в	детьми в процессе	проявляется в
обеспечить поддержку	силы: «Из круга в круг» прыжки из	двигательной	выполнения	коллективных
детской инициативы,	обруча в обруч. «Сильные руки»	деятельности.	двигательных	подвижных играх;
самостоятельности детей	поднятие обруча крепкими руками		упражнений и заданий.	- у ребенка развита
на занятиях по	вверх – вниз, вперед,			крупная и мелкая
физической	Упражнения для развития гибкости:			моторика.
культуре.	активные маховые в одну и			***
	другую стороны.			
	Игры для развития выносливости:			
	«Поезд», «Жеребята».			
	Трудовая деятельность Уборка инвентаря.			

2 неделя (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление)

Нумерация занятий:3,4

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок владеет
«Калейдоскоп	Беседа о пользе ежедневной	инициатива	направлены на:	основными
движений»	двигательной активности.	Педагог (воспитатель)	- овладение детьми	культурными
«Прыжки. Метание»	Двигательная деятельность	поддерживает интерес	основных культурных	способами
	Ходьба обычная с ускорением	детей к совместной	способов деятельности	деятельности при
Цель:	темпа. Бег обычный. Подскоки.	игровой и двигательной	при выполнении	выполнении
создание условий для	Ходьба с круговыми движениями	деятельности.	игровых заданий и	игровых заданий и
поддержки детской	рук «поезд». Ходьба с разведением	Двигательная	упражнений;	упражнений;
инициативы и	рук «самолет».	инициатива	- воспитание	- ребенок обладает
самостоятельности детей	Общеразвивающие упражнения с	Педагог (воспитатель)	доброжелательных	развитым
на занятиях по	кеглей (4 -5 упражнений).	поддерживает волевые	отношений между	воображением,
физической культуре.	Основные движения по теме	усилия детей в	детьми в процессе	которое
Задача:	недели.	двигательной	выполнения	проявляется в
обеспечить поддержку	Прыжки в длину с места (5 - 6 раз).	деятельности.	двигательных	коллективных
детской инициативы,	Исходное положение рук и ног,		упражнений и заданий.	подвижных играх;
самостоятельности детей	полет, приземление.			- у ребенка развита
на занятиях по	Метание мешочков в			крупная и мелкая
физической	горизонтальную цель.			моторика.
культуре.	Игровая деятельность			
	Подвижная игра «Совушка».			
	Трудовая деятельность			
	Уборка инвентаря.			

**3 неделя** (два занятия: первое - на освоение двигательных упражнений, второе - на повторение, закрепление) **Нумерация занятий: 5,6.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- у ребенка развита
«Ходим - бегаем»	Беседа о пользе ходьбы и бега.	инициатива	направлены на:	крупная и мелкая
Цель:	Двигательная деятельность	Педагог (воспитатель)	- овладение детьми	моторика;
создание условий для	Ходьба в колонне друг за другом.	поддерживает интерес	основных способов	- ребенок владеет
поддержки детской	Ходьба на пятках.	детей к разным видам	деятельности при	основными
инициативы и	Ходьба на носках.	ходьбы.	выполнении игровых	движениями;
самостоятельности детей	Ходьба и прыжки: ноги вместе,	Двигательная	заданий и упражнений;	- выполняет
на занятиях по	ноги врозь.	инициатива	- воспитание	указания взрослого;
физической культуре.	Бег с изменением темпа.	Педагог (воспитатель)	доброжелательных	- проявляет
	Ходьба с восстановлением дыхания.	поддерживает волевые	отношений между	активность в
Задача:	Общеразвивающие упражнения: на	усилия детей в процессе	детьми в процессе	совместной и
обеспечить поддержку	каждый счет смена положения	выполнения упражнений с	выполнения	индивидуальной
детской инициативы,	головы	мячом.	двигательных	двигательной
самостоятельности детей	(вверх, вниз, влево, вправо).		упражнений и заданий.	деятельности.
на занятиях по	Игровые упражнения с мячом.			
физической	«Успей поймать», «Подбрось -			
культуре.	поймай».			
167 SELECTO	Ползание по гимнастической			
	скамейке с опорой на ладони и			
	ступни.			
	Игровая деятельность			
	Подвижная игра «Догони пару».			

4 неделя.
Занятие 7 - подготовка эстафеты; 8 - проведение эстафеты.
Нумерация занятий:7,8

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7,8.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок имеет
«Весенняя эстафета»	Беседа о формировании команд,	инициатива	направлены на:	опыт двигательной
Цель:	эстафетных заданиях и	Педагог (воспитатель)	- овладение детьми	деятельности для
создание условий для	упражнениях.	поддерживает интерес	основных способов	участия в
поддержки детской	Содержание эстафеты состоит из	детей к весенней эстафете.	деятельности при	командных
инициативы и	пройденных программных	Двигательная	выполнении игровых	соревнованиях.
самостоятельности детей	двигательных упражнений, игр,	инициатива	заданий и упражнений;	×
на занятиях по	подвижных игр. Эстафета включает	Педагог (воспитатель)	- воспитание	
физической культуре.	в себя элементы соревнования и	поддерживает волевые	доброжелательных	
Задача:	призы.	усилия детей в процессе	отношений между	
обеспечить поддержку		выполнения	детьми в процессе	
детской инициативы,		соревновательных	коллективной	
самостоятельности детей		заданий.	эстафеты.	
на занятиях по				
физической				
культуре.				
162 64(1)056()				

Май Примерное планирование образовательной деятельности по физическому развитию детей 4 - 5 лет.

Календарные сроки	Содержание деятельности			
1 неделя (два занятия)	Тема первой недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел « Ходьба, бег, равновесие»			
2 неделя (два занятия)	Тема второй недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел «Прыжки, бросание, метение, ловля»			
3 неделя (два занятия)	Тема третьей недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел «Ползание, лазание. Спортивные упражнения»			
4 неделя (два занятия)	Тема четвертой недели: «Педагогическая диагностика (мониторинг) освоения детьми программных (базовых) умений и навыков по образовательной области «Физическая культура». Раздел «Развитие силовых качеств»			

**1 неделя** Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Ходьба и бег, равновесие». **Нумерация занятий: 1,2.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
1,2.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Итоговая	Беседа. «Ходьба, бег, равновесие.	инициатива	направлены на	выполняет
педагогическая	Чему мы научились?».	Педагог (воспитатель)	создание условий для	программные
диагностика	Двигательная деятельность	поддерживает интерес	успешного проведения	элементы ходьбы и
(мониторинг) освоения	Ходьба обычная, на носках, на	детей к успешному	педагогической	бега, удержания
детьми программных	пятках, с полуприседанием,	выполнению	диагностики	равновесия.
(базовых) умений и	«змейкой», со сменой темпа, с	двигательных заданий и	(мониторинга) по	
навыков по темам	поворотами, с заданиями (руки на	упражнений.	освоению детьми	
«Ходьба, бег,	поясе, к плечам, в сторону, за	SHERY YEST	базовых умений и	
равновесие».	спину).		навыков.	
Цель:	Равновесие. Ходьба по бревну			
создание условий для	(высота 20 - 25 сантиметров), с			
проведения итоговой	мешочком на голове, ходьба			
педагогической	приставным шагом, по шнуру,			
диагностики	ходьба спиной вперед.			
(мониторинга)	Бег. В колонне по одному, парами,			
эффективности освоения	«змейкой» между предметами, со			
детьми программных	сменой ведущего и сменой темпа,			
умений и навыков.	бег со старта с разных позиций. Бег			
Задача:	на скорость (15 - 20 метров). Бег в			
проанализировать	медленном темпе (2 минуты), со			
результат	средней скоростью (30 метров),			
освоения детьми	челночный бег.			
программных умений и	Игровая деятельность			

навыков по физическому развитию.	Игры с бегом «У медведя во бору», «Ловишки».		

**2 неделя** Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по темам «Прыжки, бросание, метание, ловля». **Нумерация занятий: 3,4.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
3,4.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Итоговая	Беседа. «Прыжки, бросание,	инициатива	направлены на	выполняет
педагогическая	метание, ловля», «Чему мы	Педагог (воспитатель)	создание условий для	программные
диагностика	научились?».	поддерживает интерес	успешного проведения	движения,
(мониторинг) освоения	Двигательная деятельность	детей к успешному	педагогической	связанные с
детьми программных	Ходьба.	выполнению	диагностики	прыжками,
(базовых) умений и	Общеразвивающие упражнения по	двигательных заданий и	(мониторинга) по	бросанием,
навыков по темам	выбору педагога.	упражнений.	освоению детьми	метанием, ловлей.
«Прыжки, бросание,	Основные движения по теме	5-75 - 35 C	базовых умений и	
метание, ловля».	недели.		навыков.	
Цель:	Прыжки на двух ногах с поворотом			
создание условий для	кругом, со сменой ног, с хлопками			
проведения итоговой	над головой, прыжки с			
педагогической	продвижением вперед (3 - 4метра),			
диагностики	прыжки через предметы, Прыжки в			
(мониторинга)	длину с места (60 - 75 сантиметров).			
эффективности освоения	Прыжки вверх с места (высота 15 -			
детьми программных	20 сантиметров).			
умений и навыков.	Бросание, ловля, метание. Катание мяча, обруча между			

Задача:	предметами, прокатывание мяча из		
проанализировать	разных исходных положений.		
результат	Бросание мяча вверх, ловля мяча.		
освоения детьми	Отбивание мяча одной и двумя		
программных умений и	руками. Бросание мяча друг другу.		
навыков по физическому	Метание предмета на дальность (6,5		
развитию.	метров). Метание в горизонтальную		
	цель (расстояние 2 - 3 метра), в		
	вертикальную цель (расстояние 2		
	метра).		
	Игровая деятельность		
	Игры с бросанием и ловлей: «Сбей		
	булаву!», «Мяч через сетку».		

**3 неделя** Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по теме «Ползание. Лазание. Спортивные упражнения». **Нумерация занятий: 5,6**.

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
5,6.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок отвечает
Итоговая	Беседа. Безопасные правила	инициатива	направлены на	на вопросы
педагогическая	поведения при выполнении	Педагог (воспитатель)	создание условий для	педагога;
диагностика	движений.	поддерживает интерес	успешного проведения	- ребенок
(мониторинг) освоения	Двигательная деятельность	детей к успешному	педагогической	выполняет
детьми программных	Ползание и лазание.	выполнению	диагностики	программные
(базовых) умений и	Подлезание на четвереньках между	двигательных заданий и	(мониторинга) по	движения,
навыков по темам	предметами (10 метров). Ползание	упражнений.	освоению детьми	связанные с
«Ползание. Лазание.	по гимнастической скамейке на	(MAN 200 C	базовых умений и	ползанием,
Спортивные	животе. Подлезание под		навыков.	лазанием;
упражнения».	препятствием. Лазание с опорой на			- умеет кататься на
	стопы и ладони по доске. Лазание			велосипеде по
Цель:	по гимнастической стенке (высота 2			прямой линии, по
создание условий для	метра). Перелезание с одного			кругу;
проведения итоговой	пролета на другой.			- смело
педагогической	Спортивные упражнения			погружается в воду
диагностики	Катание на двух-трехколесном			при обучении
(мониторинга)	велосипеде по прямой, по кругу.			плаванию;
эффективности освоения	Плавание. Погружение в воду. Игры			- с интересом
детьми программных	в воде «Цапля», «Катание на			участвует в
умений и навыков.	кругах».			коллективных
	Игровая деятельность			подвижных играх.
Задача:	«Пастух и стадо», «Котята и			
проанализировать	щенята».			

|--|

**4 неделя** Игровые задания, общеразвивающие программные упражнения по теме «Развитие силовых качеств». **Нумерация занятий: 7,8.** 

Нумерация занятий Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
7,8.	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия воспитателя	- ребенок
Итоговая	Беседа и ответы на вопрос: Кто	инициатива	направлены на	выполняет
педагогическая	такие сильные люди?	Педагог (воспитатель)	создание условий для	программные
диагностика	Двигательная деятельность	поддерживает интерес	успешного проведения	движения,
(мониторинг) освоения	Упражнения с набивными мячами	детей к успешному	педагогической	связанные с
детьми программных	весом до 500 граммов из положения	выполнению	диагностики	развитием силы и
(базовых) умений и	сидя и лежа.	двигательных заданий и	(мониторинга) по	выносливости;
навыков по темам	Ритмичные сжимания большого	упражнений.	освоению детьми	- ребенок с
«Развитие силовых	мяча (фитбола), передача набивного	100 - 100 -	базовых умений и	интересом
качеств»».	мяча друг другу по кругу.		навыков.	участвует в
Цель:	Упражнения для развития силы.			коллективных
создание условий для	Усаживание на набивной мяч.			подвижных играх.
проведения итоговой	«Через ручейки».			51
педагогической	Упражнения на выносливость.			

диагностики	Игровая деятельность		
(мониторинга)	Подвижные игры с многократным		
эффективности освоения	повторением движений: «Поезд»,		
детьми программных	«На прогулке».		
умений и навыков.			
Задача:			
проанализировать			
результат			
освоения детьми			
программных умений и			
навыков по физическому			
развитию.			

## 2.1.3. Физкультура на свежем воздухе.

Занятия по физической культуре на свежем воздухе проводятся 1 раз в неделю. Комплекс двигательных заданий, упражнений, подвижных игр реализуется в течение месяца.

Учебный материал составлен на 34 недели (учебный год, 34 занятия).

Сентябрь

Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Подвижная игра» Цель: создание условий для обогащения двигательного опыта детей. Задача: обогащать двигательный опыт детей в процессе коллективных подвижных игр.	Коммуникативная деятельность Беседа о безопасном выполнении двигательных упражнений и заданий.  Двигательная деятельность Выполнение игровых действий по сигналу.  1. Игра «Умные скворцы». Дети «скворцы», бегают по площадке. По сигналу - дети бегут в скворечники «обручи».  2. Игра «Огуречик» (дети идут к «мышке» и говорят слова: огуречик, огуречик, не ходи на тот конечик, там «мышка» живет, тебе хвостик отгрызет). «Мышка» догоняет детей.	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес к беседе. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к коллективной подвижной игре. Познавательная инициатива Педагог (воспитатель) поощряет проявление инициативы при	Действия педагога (воспитателя) направлены на: - формирование интереса к подвижной игре; - воспитание потребности в двигательной деятельности.	- ребенок выполняет игровые действия по сигналу; - ребенок проявляет интерес к коллективной подвижной игре.

3. Игра	«Смелые мышки».	освоении новой	
4. Подл	езание под шнур, руки на	подвижной игры.	
коленка	х (высота 40 см).		
5. Мало	подвижная игра «По		
ровнень	ькой дорожке».		
Ходьба	за педагогом по		
огранич	енной поверхности или		
вдоль ш	інура.		
	30-27		

Октябрь Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Ходьба, катание	Двигательная деятельность	Двигательная	Действия педагога	- ребенок проявляет
обруча, лазанье, прыжки, упражнения с мячом». Цель: создание условий для обогащения двигательного опыта в процессе освоения основных	Примерный комплекс игр и упражнений.  1. Ходьба в колонне по одному, бег врассыпную.  2. Катание обруча друг другу.  3. Лазанье под шнур.  4. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.  5. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.  Игровая деятельность	инициатива Педагог (воспитатель) помогает детям освоить основные движения. Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к коллективной подвижной игре.	(воспитателя) направлены на: - укрепление здоровья ребенка; - обогащение двигательного опыта детей.	интерес к двигательной деятельности; - ребенок владеет основными движениями (ходьба, бег, прыжки); - ребенок проявляет самостоятельность при выполнении упражнений с предметвми.

движений.	Подвижная игра «Воробышки и
Задача:	KOT».
обогатить	
двигательный опыт	
детей в процессе	
освоения	
основных	
движений.	

Ноябрь Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Отправляемся в	Коммуникативная деятельность	Коммуникативная	Действия педагога	- ребенок участвует в
полёт»	Беседа о самолете.	инициатива	(воспитателя)	беседе;
Цель:	Чтение четверостишия про самолет,	Педагог (воспитатель)	направлены на:	- ребенок проявляет
создание условий	запоминание.	поддерживает интерес к	- обогащение	самостоятельность при
для выполнения	«Бумажный легкий самолет	беседе, запоминанию	двигательного опыта	выполнении
игровых	Сейчас отправится в полет.	четверостишия.	детей;	двигательных
тематических	На крыльях звездочки блестят,	Двигательная	- воспитание волевых	упражнений по сигналу.
упражнений.	В кабине огоньки горят».	инициатива	качеств,	
Задача:	Приглашение «в полёт».	Педагог (воспитатель)	самостоятельности.	
научить выполнять	Двигательная деятельность	поощряет		
двигательные	1. «Крепкие крылья самолета».	самостоятельные		
упражнения по	И. п.: ноги слегка расставить, руки	действия детей при		
сигналу, на	вниз. Руки в стороны; сделать	выполнении упражнений		
заданную тему.	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	выполнении упражнении		

несколько подниманий и	по сигналу.	
опусканий; опуская, сказать «креп-		
кие». Вернуться в и. п.		
Повторить 4 раза.		
2. «Заводим мотор самолета».		
И. п.: ноги врозь, кулачки у плеч.		
Поворот вправо; руки вперед,		
показать кулачки; повращать		
обоими кулачками в произвольных		
направлениях, сказать «вот».		
Вернуться в и. п.		
То же в другую сторону.		
Повторить по 4 раза.		
3. «Самолет взлетает высоко».		
И. п.: ноги слегка расставить,		
колени обхватить руками, голову		
наклонить к коленям. Встать,		
выпрямиться, подняться на носки;		
руки вверх, сказать «высоко».		
Вернуться в и. п.		
Повторить 5 раз.		
4. «Прыгаем, играем, как		
самолеты мы летаем».		
И. п.: ноги слегка расставить, руки		
на пояс. Руки в стороны; помахать.		
Вернуться в и. п.		
4 - 6 подпрыгиваний, 4 - 6 шагов.		
Повторить 3 раза.		
Дыхание произвольное.		
5. «Самолеты на посадку».		
И. п.: ноги врозь, руки вниз. Руки в		
стороны, глубокий вдох носом.		

Вернуться в и. п., выдох через рот.		
Повторить 3 - 4 раза.		

Декабрь Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Зимние забавы» Цель: создание условий для освоения двигательных упражнений по теме «Зима». Задача: освоить двигательные упражнения по теме «Зима».	Коммуникативная деятельность Беседа о зиме, зимних играх, забавах.  Двигательная деятельность Примерный комплекс игр и игровых упражнений.  1. «По сугробам мы шагаем». Ходьба с высоким подниманием колен.  2. «Убегаем от зверей». Бег с изменением темпа.  3. Ходьба на лыжах по лыжне скользящим шагом (300 метров).  4. Игра на лыжах «Воротца».	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес к беседе. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поощряет самостоятельные действия детей при выполнении упражнений на заданную тему. Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к спортивным упражнениям и ходьбе	Действия педагога (воспитателя) направлены на: - создание условий для освоения двигательных упражнений по теме «Зима»; - обогащение двигательного опыта детей; - воспитание волевых качеств, самостоятельности.	- ребенок участвует в беседе; - ребенок проявляет самостоятельность при выполнении ходьбы на лыжах по лыжне.

## Январь Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Повторение, закрепление двигательных заданий декабря.

Тема, цель, задача.	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Зимние забавы» Цель: создание условий для освоения двигательных упражнений по теме «Зима». Задача: освоить двигательные упражнения по теме «Зима».	Коммуникативная деятельность Беседа о зиме, зимних играх, забавах. Двигательная деятельность Примерный комплекс игр и игровых упражнений. 1. «По сугробам мы шагаем». Ходьба с высоким подниманием колен. 2. «Убегаем от зверей». Бег с изменением темпа. 3. Ходьба на лыжах по лыжне скользящим шагом (300 - 320 метров). 4. Игра на лыжах «Воротца». Игровая деятельность Подвижная игра «Лохматый пес».	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес к беседе. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поощряет самостоятельные действия детей при выполнении упражнений на заданную тему. Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к спортивным упражнениям и игре на лыжах.	Действия педагога (воспитателя) направлены на: - создание условий для освоения двигательных упражнений по теме «Зима»; - обогащение двигательного опыта детей; - воспитание волевых качеств, самостоятельности.	- ребенок участвует в беседе; - ребенок проявляет самостоятельность при выполнении ходьбы на лыжах по лыжне.

Февраль
Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Зимние игры» Цель: создание условий для развития двигательной активности в процессе игр зимней тематики. Задача: развивать двигательную активность детей в процессе зимних игр, забав.	Коммуникативная деятельность Беседа о зимних играх, зимних сказочных персонажах. Двигательная деятельность 1. «Кто дальше бросит снежок». Метание снежков. Дети расходятся по площадке и лепят по 3 - 4 снежка. По команде воспитателя занимают место в двух шеренгах. Дети каждой шеренги бросают снежки вдаль (поочередно). Отмечают, кто бросил дальше.  2. «Ищи Снегурочку». Наряженную куклу воспитатель прячет на участке. Дети вместе с воспитателем ищут Снегурочку».  3. «Метелица». Воспитатель «Метелица» встает впереди колонны. Все берутся за руки и идут за «Метелицей» между игровыми постройками на участке. Подвижная игра «Перелет птиц».	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес к беседе. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поощряет самостоятельные действия детей при метании снежков вдаль. Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к «поиску» сказочного персонажа - Снегурочки. Познавательная инициатива Педагог (воспитатель) знакомит детей с зимним понятием «метелица».	Действия педагога (воспитателя) направлены на: - создание условий для обогащения двигательного опыта детей; - воспитание волевых качеств, самостоятельности.	- ребенок участвует в беседе; - ребенок проявляет волевые усилия при метании снежков вдаль.

Март Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Быстрые и ловкие» Цель: создание условий для развития быстроты и ловкости движений в процессе игровой двигательной деятельности. Задача: развивать быстроту, ловкость движений в процессе игр и игровых упражнений.	Коммуникативная деятельность Беседа о безопасном поведении при выполнении двигательных упражнений.  Двигательная деятельность  1. Игровое упражнение «Ловишки».  Выбирается «водящий». Дети стоят на одной стороне площадки. По сигналу воспитателя дети перебегают на противоположную сторону. Ловишка пытается коснуться кого - либо рукой. Тот, до кого дотронулся ловишка, считается «замороженным».  2. «Быстрые и ловкие». Дети становятся вокруг нарисованного на земле (снеге) квадрата. У каждого ребенка в руках разноцветный кубик (или любой небольшой предмет, игрушка). По сигналу воспитателя дети кладут свой кубик в обозначенный квадрат, возвращаются на место. В это время	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес к беседе. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поощряет самостоятельные действия детей при выполнении двигательных упражнений. Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к выполнению упражнения с предметом.	Действия педагога (воспитателя) направлены на: - создание условий для обогащения двигательного опыта детей; - воспитание волевых качеств, самостоятельности.	- ребенок участвует в беседе; - ребенок проявляет волевые усилия при выполнении задания с предметом; - ребенок демонстрирует стремление к общению со сверстниками.

воспитатель убирает из квадрата
один кубик.
3. «Сбей кеглю». На землю ставят 6
- 8 кеглей. Каждый ребенок сбивает
кеглю маленьким мячиком
(снежком).
Подвижная игра «Найдем зайку».

Апрель
Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

	рормы совместной ельной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
Цель:       Беседа о безо игровых управития для развития внимания, ловкости в процессе выполнения игровых упражнений с мячом.       Двигательня Двигательня Ходьба в кол Ходьба и бег Т. «Будь лов Перебрасыва одной рукой, одной рукой, одной рукой,	пивная деятельность опасном выполнении ажнений с мячом. В деятельность онне по одному. В врассыпную. В две шеренги и вот мяч друг другу ловят мяч после илю двумя руками (8	Коммуникативная инициатива Педагог (воспитатель) поддерживает интерес к беседе. Двигательная инициатива Педагог (воспитатель) поощряет самостоятельные действия детей при	Действия педагога (воспитателя) направлены на: - создание условий для обогащения двигательного опыта детей; - формирование психофизических качеств (быстрота, ловкость).	<ul> <li>- ребенок участвует в беседе;</li> <li>- ребенок проявляет внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений с мячом;</li> <li>- ребенок демонстрирует стремление к общению со сверстниками.</li> </ul>

в процессе выполнения игровых упражнений с мячом.	Дети располагаются по всей площадке. У каждого в руках мяч. Бросок мяча вверх, ловля мяча двумя руками.  3. «Перебрасываем мяч через шнур». Дети перебрасывают мяч через шнур друг другу (своей паре). Игровая деятельность Подвижная игра «Догони пару».	двигательных упражнений с мячом. Педагог (воспитатель) поддерживает интерес детей к выполнению упражнения с предметом (мячом).		
---	---	--	--	--

Май Примерный комплекс двигательных упражнений, подвижных игр

Тема, цель, задача	Виды и формы совместной образовательной деятельности	Поддержка детской инициативы (действия педагога, воспитателя)	Направление воспитания: оздоровительное	Ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры)
«Разные	Двигательная деятельность	Двигательная	Действия педагога	- ребенок проявляет
движения»	Примерный комплекс	инициатива	(воспитателя)	интерес к выполнению
Цель:	упражнений.	Педагог (воспитатель)	направлены на:	игровых двигательных
создание условий	Приветствие. Ходьба друг за	поощряет	- создание условий для	заданий;
для закрепления	другом, на носках, на пятках, бег	самостоятельные	обогащения	- ребенок демонстрирует
двигательных	друг за другом, с изменением	действия детей при	двигательного опыта	стремление к общению со
умений и навыков в	направления, спиной вперед.	выполнении комплекса	детей;	сверстниками.
процессе	Спокойная ходьба.	двигательных	- воспитание	
выполнения	1. «Деревья качаются».	упражнений	потребности в	
игровых заданий.	И. п.: ноги слегка расставлены, руки	Педагог (воспитатель)	ежедневной двигательной	

Задача:	внизу. Руки поднять вверх, немного	поддерживает интерес	деятельности.	
закрепить	отвести влево, потом вправо,	детей к коллективной		
двигательные	произнести: «Ш-Ш-Ш», опустить	подвижной игре.		
умения и навыки	(4-5 pa3).			
навыков в процессе	2. «Сильный ветер».			
выполнения	И. п.: ноги на ширине плеч, руки			
игровых заданий.	внизу. Наклоны поочередно к			
	правой и левой ноге (4-5 раз).			
	3. «Травка».			
	Присесть, руки вытянуть перед			
	собой, затем встать, руки опустить			
	(5 pa3).			
	4. «Птицы летают».			
	И. п.: то же. Руки поднять через			
	стороны вверх и плавно опустить			
	вниз (5 раз).			
	5. «Положи маленький мячик в			
	корзинку».			
	Поднять руки вверх, потянуться,			
	приседая, вытянуть руки перед			
	собой «положим в корзинку» (4			
	раза).			
	6. «Воробьи прыгают».			
	Прыжки на двух ногах вместе в			
	чередовании с ходьбой на месте (2			
	раза).			
	Игровая деятельность			
	Подвижная игра «У медведя во			
	бору».			

## 2.2. Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы

Условия	Деятельность педагога, инструктора по обеспечению психолого-педагогических условий
Признание детства как уникального периода в	<ul> <li>понимание неповторимости личности каждого ребенка;</li> <li>принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями;</li> </ul>
становлении человека	- проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности; - поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника.
Учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся	- использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей средней группы.
Создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды	- обеспечение развивающей и эмоционально комфортной образовательной среды, способствующей физическому развитию ребенка.
Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми	- учет интересов и возможностей каждого ребенка; - учет социальной ситуации развития ребенка.
Психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка	Консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развитии детей, охраны и укрепления их здоровья. Консультативная помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов коррекционно-развивающей работы с ребенком.
Вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы	Построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи.

2.3. Подвижные игры в повседневной жизни для детей 4 - 5 лет.

Месяц	Название игры	Индивидуальные эталоны усвоения и самостоятельная двигательная деятельность
Сентябрь	«Марш и бег», «Найди себе пару», «По ровненькой дорожке», «Автомобили», «Найдем воробышка», «Воробышки и кот» (повторить, закрепить игры, освоенные детьми на занятиях по физической культуре).	<ol> <li>Ходим в колонне, на носках, на пятках, «змейкой», по сигналу.</li> <li>Равновесие - ходьба с перешагиванием через предметы</li> <li>Ходим и бегаем, меняя направление</li> <li>Ползаем на четвереньках между предметами.</li> <li>Подлезаем под веревку.</li> <li>Бросаем предмет вдаль правой и левой рукой.</li> <li>Слушаем стихи и выполняем характерные движения персонажей.</li> </ol>
Октябрь	«Кто скорее добежит до кубика» «Мячик кверху», «Раз согнуться, два согнуться», «Прыжки и бег».	<ol> <li>Ходим - бегаем, смена движений</li> <li>Бегаем - догоняем, в разных направлениях.</li> <li>Подбрасываем и ловим, ловкость, быстрота.</li> <li>Равновесие - побеги, не задень предмет.</li> <li>Прыгаем и бегаем легко, по сигналу.</li> </ol>
Ноябрь	«Кот и мыши», «Великаны и гномы», «Найди свой цвет», «Успей поймать».	<ol> <li>Выполняем характерные движения в игре «Кот и мыши», «Великаны и гномы».</li> <li>Мягко пружиним в коленях, закрепляем основные движения.</li> <li>Запоминаем, различаем цвет.</li> <li>Играем с мячом. Развиваем координацию и внимание.</li> </ol>
Декабрь	«Лошадка» «Меткие стрелки», «С кочки на кочку», «Карусель», «Поезд», «Жеребята».	<ol> <li>Развиваем внимание и координацию движений.</li> <li>Развиваем меткость попадания в мишень.</li> <li>Ходим на лыжах.</li> <li>Ходим по гимнастической скамейке.</li> <li>Выполняем спортивные упражнения.</li> </ol>

Январь	«Зайцы и Волк», «Лиса в курятнике», «Карусель в лесу», «Кто ушел?»	<ol> <li>Выполняем характерные движения</li> <li>Реагируем на сигнал.</li> <li>Выполняем задания.</li> <li>Движения под музыку.</li> <li>Закрепляем умения ходить и бегать, прыгать.</li> </ol>
Февраль	«Совушка», «Кто скорее добежит до флажка», «Зайцы и Волк», «Котята и щенята».	<ol> <li>Катаем мяч в цель, толкаем мяч, прыгаем как мячики.</li> <li>Развиваем внимание «Зеваки».</li> <li>Катаем обруч друг другу.</li> <li>Пролезаем в обруч.</li> <li>Прыгаем в обруч.</li> <li>Развиваем смелость и точность.</li> </ol>
Март	«Лошадка», «Бездомный заяц», «Хитрая лиса», «Караси и щука».	1. Проявляем легкость, гибкость. 2. Развиваем внимание «Хитрая лиса», «Караси и щука». 3. Проявляем инициативу.
Апрель	«Поезд», «Жеребята», «Догони пару», «Совушка».	<ol> <li>Двигаемся с остановкой по сигналу.</li> <li>Развиваем чувство равновесия и координации, прыгаем по музыку.</li> <li>Повторяем, закрепляем. Любимая игра «Догони пару!».</li> </ol>
Май	«У медведя во бору», «Ловишки», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Пастух и стадо», «На прогулке».	<ol> <li>Закреплять умение ходить по разным дорожкам.</li> <li>Прыгаем в высоту, в длину с места.</li> <li>Ползаем и подлезаем под дугу.</li> <li>Развиваем координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость и самостоятельность.</li> </ol>

# 3. Организационный раздел

## 3.1 Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Задачи	Игрушки	Игровое Оборудование	Дидактические материалы	Виды деятельности			
	Физическое развитие						
Развитие физических качеств - координации, гибкости и др.	Каталки, каталки на палочке, пирамиды с кольцами, развивающие наборы с пирамидами, кольцеброс	Машины-двигатели, играгородки, гольф детский, дартс, мяч резиновый, мяч с рогами, мяч-попрыгун, горка большая, набор мягких модулей, сухой бассейн с комплектом шаров, клюшка с двумя мячами в сетке, спортивные мини-центры	Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала	Игровая Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно- исследовательская Художественно- эстетическая Физическое развитие			
Формирование опорнодвигательной системы организма, развитие равновесия, крупной и мелкой моторики обеих рук, обучение правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных	Кегли, неваляшки, качалки, кольцеброс	Машины-двигатели, набор шаров для сухого бассейна, мяч резиновый, мяч-попрыгун, мяч массажный, обруч пластмассовый, игрушки для игры с водой и песком, тоннели крупногабаритные,	Мозаика, конструкторы, в т.ч. объёмные, шнуровки, развивающие наборы с пирамидами, пирамиды с	Игровая Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно- исследовательская Художественно-			

движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).		клюшка с двумя мячами в сетке, массажная дорожка, набор теннисный детский (4 предмета), набор для гольфа (3 предмета), дартс, скакалки, обручи, лопаты	кольцами	эстетическая Физическое развитие
Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта	Куклы-спортсмены	Набор боксерский, велосипеды, набор для игры в мини-футбол и т.п., набор теннисный детский (4 предмета), набор для гольфа (3 предмета)	Настольно- печатные игры. Демонстрационный материал типа «Спорт и спортсмены», макеты типа «Стадион»	Игровая Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно- исследовательская Художественно- эстетическая Физическое развитие
Овладение подвижными играми с правилами	Игры типа «Твистер», «Дартс» и т.п.	Мяч резиновый, Мяч-попрыгун, набор для гольфа, набор для игры в мини-футбол и т.п.	Примечание: для решения данной задачи не предусмотрено использование дидактического материала	Игровая Коммуникативная Трудовая Двигательная Речевая Познавательно- исследовательская Художественно- эстетическая Физическое развитие
Становление	Игра-городки,	Игровой центр с горкой,	Примечание: для	Игровая

целенаправленности и	кольцеброс,	набор для игры в мини-	решения данной	Коммуникативная
саморегуляции в двигательной	движущиеся	футбол, набор боксерский	задачи не	Трудовая
сфере	игрушки		предусмотрено	Двигательная
			использование	Речевая
			дидактического	Познавательно-
			материала	исследовательская
				Художественно-
				эстетическая
				Физическое развитие

#### 4. Список литературы

### Нормативно-правовые документы

- 1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ 2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ. О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.
- 2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный N 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. N 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный N 53776).
- 3. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. N 1028.
- 4. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г, регистрационный N 61573), действующим до 1 января 2027 года.
- 5. Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный N 62296), действующим до 1 марта 2027 года, (СанПиН 1.2.3685-21).

#### Учебно-методические материалы

- 1. Методические рекомендации по реализации Федеральной образовательной программы дошкольного образования. Министерство Просвещения РФ, Москва, 2023.
- 2. Учебно-методический комплект к программе «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.С. Комаровой», Э.М. Дорофеевой. Мозаика-Синтез, Москва, 2021:
  - Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4 5 лет;
  - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: средняя группа 4 5 лет;
  - Веракса А. Н. «Как воспитать чемпиона»;
  - Ульева Е.А. «100 увлекательных игр для здоровья вашего ребенка».
- 3. От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования, издание шестое, под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. Мозаика-Синтез, Москва, 2021.