

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Ромашка»



УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ «Ромашка»
Рябцова Е.А. Рябцова
приказ № 53
от «28» августа 2017 г.

с учетом мнения
совета родителей

**Рабочая программа педагога
«Здоровячок»**

(реализация образовательной области «Физическое развитие»
для детей 2-7 лет)
_____ (наименование программы)

_____ 1 год
(срок реализации программы)

_____ Рыбакова Елена Анатольевна, инструктор по физической культуре
(ФИО педагога, составившего рабочую программу, должность)

г. Черногоorsk, 2017 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа педагога (далее – Программа) разработана с целью организации образовательной области «Физическое развитие» с детьми групп общеразвивающей направленности МБДОУ «Ромашка» (далее – Учреждение) в соответствии со статьёй 48 Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Содержание Программы регламентировано нормативной правовой основой:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.октября 2013г. № 1155;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования, утверждённым Приказом Минобрнауки России от 30 августа 2013г. № 1014;
- Примерной основной образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015г. № 2/15);
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами [СанПиН 2.4.1.3049-13](#) «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утверждёнными Постановлением главного государственного врача Российской Федерации от 15 мая 2013г. № 26.

Программа является составным компонентом Образовательной программы Учреждения, характеризует систему организации образовательной деятельности инструктора по физической культуре с детьми всех возрастных групп Учреждения. Программа по физическому воспитанию предназначена для детей 2-7 лет.

Непосредственно образовательная деятельность строится с учётом следующих программ дошкольного образования:

1. Образовательная программа дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцевой и др.
2. Парциальная программа «Физическая культура – дошкольникам». Глазырина Л.Д.

Парциальная программа «Физическая культура дошкольникам» автор Л.Д. Глазырина включена в образовательную деятельность с целью создания условий для самостоятельного познания окружающей действительности в двигательной сфере. Направленность программы – физическое развитие. Программа реализуется в непосредственно образовательной деятельности по физической культуре с 1 сентября по 31 мая в дошкольных группах (9 образовательных ситуаций в год), с 15 сентября по 31 мая в группе раннего возраста (8 образовательных ситуаций в год).

Образовательная программа дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И.Бабаевой, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцевой:

Цель: укрепление физического и психического здоровья детей, формирование основ его двигательной и гигиенической культуры.

Цель Программы достигается через решение следующих задач:

Возраст	Задачи
2-3 года	1. Вызывать эмоциональный отклик и желание участвовать в подвижных играх и игровых упражнениях; 2. Учить детей активно выполнять упражнения вместе с воспитателем; 3. Приучать детей в движении реагировать на сигналы; 4. Расширять ориентировку в окружающем мире вещей и явлений.
3 года	1. Учить детей согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; 2. Учить реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним; 3. Учить самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями

	воспитателя выполнить физические упражнения; 4. Развивать скоростно - силовые качества детей; 5. Формировать представления о предметах и явлениях, о простейших связях между ними; 6. Развивать чувство равновесия.
4-5 лет	1. Учить детей воспринимать показ, как образец для самостоятельного выполнения упражнений; 2. Добиваться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений; 3. Приучать детей оценивать движения сверстников и замечать их ошибки; 4. Соблюдать и контролировать правила в подвижных играх; 5. Пробуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр; 6. Закреплять умения по ориентировке в пространстве; 7. Целенаправленно - развивать скоростно - силовые качества (преимущественно на основе силовых упражнений); 8. Оздоровлять организм ребенка с помощью имитационных движений и действий.
6 лет	1. Добиваться осознанного, активного с должным мышечным напряжением выполнения детьми всех видов движений; 2. Учить детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей; 3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях; 4. Воспитывать желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; 5. Учить детей проявлять творчество в разнообразной двигательной деятельности; 6. Целенаправленно развивать быстроту и общую выносливость; 7. Формировать и развивать волевые качества.
7 лет	1. Добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений; 2. Закреплять умения анализировать движения (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка других детей, элементарное планирование); 3. Закреплять умения в самостоятельной организации игр и упражнений со сверстниками и малышами; 4. Закреплять правила и двигательные умения в спортивных играх и упражнениях; 5. Целенаправленно развивать ловкость движений в играх и упражнениях; 6. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; 7. Знакомить детей с играми народов мира.

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Смотреть в Примерной образовательной программе дошкольного образования «Детство»:

- ранний возраст (2-3 лет) стр. 75
- младшая группа (3-4 лет) стр. 173
- средняя группа (4-5 лет) стр. 175
- старшая группа (5-6 лет) стр. 178
- подготовительная группа (6-7) стр. 182

Периодичность и продолжительность занятий

Группа	В неделю	По основной программе	По парциальной программе	В год	Время
1. Группа раннего возраста	2	60	8	68	10 мин.
2. Младшая группа	3	99	9	108	15 мин.
3. Средняя группа	3	99	9	108	20 мин.
4. Старшие группы	3	99	9	108	20-25 мин.
5. Подготовительная группа	3	99	9	108	30 мин.

Учитывая изменение работоспособности детей в течение недели, два занятия проводятся в зале, третье занятие на свежем воздухе.

Спортивный праздник проводится два раза в год: осенью и весной, начиная с младшей группы.

Расписание занятий по физической культуре 2017- 2018 учебный год.

Группы Дни недели	раннего возраста 2-3года	младшая 3-4 лет	средняя 4-5 лет	1-я старшая 4-5 лет	2-я старшая 4-6 лет	подготовитель ная 6-7 лет
Понедельник		9.00- 9.15	9.30-9.50	15.30-15.50	10.00-10.20	
Вторник	9.00-9.10 9.10-9.20	9.25-9.40	9.50-10.10			10.20-10.50
Среда				10.20-10.45	10.50-11.15	11.20-11.50
Четверг	9.10 -9.20 9.20-9.30			16.05-16.30	15.30-15.55	
Пятница		9.00-9.15	9.30-9.50			10.20-10.50

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Ранний возраст (2-3 года)

Сентябрь								
№ недели	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра (игровые упражнения)
1.	Вкусные дары осени (овощи) 18 - 22	Без предметов	Ходьба и бег врассыпную	Ходьба по ограниченной поверхности (между двух линий)				«Огуречик» (Батурина Е.Г. с. 51)
2.	Осеннее настроение (признаки осени) 25-29	С листочками	Ходьба и бег, меняя направление		Прыжки на месте на двух ногах.			«Листопад»
Октябрь								
№ недели	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра (игровые упражнения)
1.	Вкусные дары осени (фрукты) 02-06	С мячиками - «яблочками»	Ходьба и бег стайкой по сигналу			Ползание на четвереньках	Прокатывание мяча двумя руками друг другу	«Собери фрукты в корзину»
2.	Комнатные растения 09-13	Без предметов	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег по кругу друг за другом		Прыжки из обруча в обруч (перепрыгиваем лужи)	Ходьба с перешагиванием через предметы (шагаем по «зебре»)		«Мы цветочки» «Беги к своему цветочку»

3.	Продукты питания 16-20 <i>Доп. прог. с.249</i>	С гантелями	Ходьба и бег стайкой по сигналу	Ходьба по гимнастической доске, положенной на пол.			Броски мешочка на дальность	«Прокати мяч (колобок) по горке»
4.	Самое важное слово 23-27	Без предметов	Ходьба по доске, бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением			Подлезание под верёвку	Бросок мяча воспитателю и прием мяча от воспитателя.	«Птички в гнёздышках»

Ноябрь

	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра (игровые упражнения)
1.	Мама, папа, я – дружная семья 30-03	С погремушками	Ходьба и бег враспынную		Прыжки на месте на двух ногах с поворотом вокруг себя			«Догони меня»
2.	Мой домашний любимец <i>Доп.прогр с.220 07-10</i>	С кубиками	Ходьба и бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам		Прыжки на месте на двух ногах с продвижением вперед		Прокатывание мяча друг другу, через ворота	«Кот и мыши» «Лохматый пес»
3.	Моя улица 13-17	Без предметов	Ходьба и бег в колонне по сигналу	Ходьба по гимнастической скамейке.		Ползание по скамейке на животе подтягиваясь руками		«Построим дом»
4.	Кто работает в детском саду 20-24	С кольцами	Ходьба с высоким подниманием колена через палочки. Бег с препятствием		Ходьба по ограниченной поверхности (между двух линий)	Прыжки в длину с места через две параллельные веревки (15-20 см)		«Построим дом»
5.	Зимушка-зима у нас в гостях <i>Доп.прогр с.73 27-01</i>	С мячами – «со снежками»	Ходьба и бег парами в определенном направлении.	Ходьба по наклонной доске.			Метание малого мяча - «снежка» на дальность одной рукой.	«Раз, два, три выходи играть в снежки»

Декабрь								
	Тема	ОРУ	Ходьба. Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра (игровые упражнения)
1.	С горки радостно качусь 04-08	Без предметов	Ходьба и бег в рассыпную	Ходьба по ограниченной поверхности (между двух линий)	Прыжки в длину с места через две параллельные веревки (15-20 см)			«Не боимся мы мороза»
2.	Дом, в котором мы живем <i>Доп.прогр</i> с.77 11-15	С ведерками	Ходьба с высоким подниманием колена через палочки. Бег с препятствием, через палочку		Ходьба по ограниченной поверхности (между двух линий)	Прыжки в длину с места через две параллельные веревки (15-20 см)		«Волшебные ведерки»
3.	Здравствуй, дедушка Мороз 18-22	С игрушками - зверями	Ходьба в колонне друг за другом на носках, как лисички, как медведи на внешней стороне стопы. Бег в разных направлениях, не мешая друг другу.		Прыжки в длину с места, (как зайчики)	Ползание на четвереньках в тоннеле (до игрушки-зверушки)		«Заморожу»

Январь								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Мир вокруг нас: грузовик привез игрушки 09-12	С кольцами - «рулями»	Ходьба в колонне друг за другом. Бег в разных направлениях, не мешая друг другу.	Ходьба по кирпичикам, расположенным на расстоянии 15 см друг от друга		Ползание по наклонной доске		«Цветные автомобили» «Воробушки и автомобиль» (Батурина Е.Г. с. 51)

2.	Мы обедаем 15-19	С большими мячами	Ходьба и бег, меняя направление		Прыжки с зажатым между колен мячом – пингвины		Прокатывание мяча по скамейке. Прокатывание мяча через воротки	«Догони свой мяч» «Мой веселый, звонкий мяч»
3.	Коля и Катя в гостях у детей 22-26	Со снежинками	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, в полуприседе. Спокойный бег.	Ходьба по доске, приподнятой одним концом на 15-20 см от пола (длина 1,5-2 м, ширина 20-25 см)		Перекаатывание по полу.		«Поиграем»
4.	Дикие животные 29-02	С шишками	Ходьба в колонне друг за другом на носках. Бег в разных направлениях, не мешая друг другу.			Подлезание под дугой (под ветками)	Метание шишек в цель (корзинку)	«Поможем белочке» с.8 Шебеко В.Н.

Февраль								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Маленькие пешеходы 05-09	Без предметов	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег по кругу друг за другом	Ходьба с перешагиванием через предметы (шагаем по «зебре»)	Прыжки из обруча в обруч (перепрыгиваем лужи)			«Красный, желтый, зеленый»
2.	Я расту. 12-16	Без предметов	Ходьба и бег, меняя направление		Прыжки в длину с места	Ползание по пластунски на животе		«Кто быстрее найдет части тела»
3.	Папин праздник 19-22 <i>Доп.прогр</i> с.146	С гантелями (бутылками)	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег по кругу друг за другом			Ползание на животе (по-солдатски)	Метание «гранаты»	«Кавалеристы» (с.35 Шебеко В.Н.)
4.	Весна пришла 26-02	Без предметов (с.24 Шебеко)	Ходьба широким и мелким шагом. Бег по извилистой дорожке.	Ходьба по узкой скамейке (по мостику)	Прыжки через «ручейки»			«Холодно — тепло» «Солнечные зайчики и тучка»

Март								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	1. Наши мамочки 05-07	С платочками	Ходьба и бег с дополнительным заданием с остановкой по сигналу.	Ходьба по дорожке с платочком на голове			Бросание большого мяча двумя руками из-за головы вдаль	«Подарим куклам платочки»
2.	Мой любимый город 12-16	С лентами	Ходьба и бег, меняя направление	Ходьба на четвереньках по широкой скамейке		Ползание по скамейке на четвереньках	Метание малого мяча на дальность	«Найди свой домик» с.35 Батурина Е.Г
3.	Кукольный домик 19-23	ОРУ на детских стульчиках	Ходьба и бег между стульчиками		Прыжки через веревку на двух ногах	Проползание между ножками стула произвольным способом		«Кто успел тот и сел»
4.	Мир красоты. Кто в гости к нам пришел? 26-30	Без предметов	Ходьба на носках, поднимая колени «по высоко траве» бег со сменой направления.		Прыжки в длину с места («кузнечики»)		Бросание большого мяча двумя руками из-за головы через веревку	«Отгадай что делаем?»

Апрель								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Мойдодыр у нас в гостях 02-06	Без предметов	Ходьба и бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Ходьба по наклонной доске.	Прыжки на месте на двух ногах с продвижением вперед			«Зайка серый умывается»
2.	Моя любимая игрушка 09-13	С игрушками	Ходьба в колонне в заданном направлении «змейкой». Бег с ускорением и замедлением темпа			Подлезание под несколько подряд расположенных дуг, не касаясь руками пола	Бросание мяча двумя руками об пол и ловля его стоя на месте	«Найди себе пару с такой же игрушкой» (с.14 Шебеко В.Н.)

3.	Птицы прилетели 16-20	Без предметов	Ходьба по доске, бег в колонне друг за другом с ускорением и замедлением			Подлезание под верёвку	Бросок мяча воспитателю и прием мяча от воспитателя.	«Птички в гнёздышках» «Воробушки и кот» (Батурина Е.Г. с. 38)
4.	Труд взрослых 23-27	С флажками	Ходьба и бег враспынную, парами. Ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы	Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе	Прыжки из обруча в обруч			«Строим дом»

Май								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра (игровые упражнения)
1.	Насекомые 30.04. 03-04	Без предметов	Ходьба на носках, поднимая колени «по высоко траве» бег со сменой направления.		Прыжки в длину с места («кузнечики»)	Ползание на животе		«Жуки»
2.	Живое вокруг нас: весенние цветы <i>Доп.прогр. с.219</i> 7-8, 10-11	С цветочками	Ходьба с дополнительным заданием с остановкой по сигналу, поворот вокруг себя. Бег по кругу.	Ходьба по цветочкам расположенным на расстоянии 20 см друг от друга			Бросание большого мяча двумя руками из-за головы через веревку	«Цветочки – лепесточки»
3.	Мир вокруг нас: рыбы 14-18	Без предметов	Ходьба и бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Ходьба по ограниченной поверхности.	Прыжки через предметы «лужицы»			«Хвостики» «Рыбак и рыбки»
4.	Лето без опасностей Здравствуй лето. 21-25	С кольцами	Ходьба в колонне друг за другом на носках. Бег в разных направлениях, не мешая друг другу.	Ходьба по узкой скамейке, перешагивая через кубики		Подлезание под дугой		«Кто вперёд»

Младшая группа (3-4 года)

	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра (игровые упражнения)
1.	Детский сад! Краски осени <i>Доп.прогр.</i> с.20 01-08	С листочка- ми	Ходьба и бег, меняя направление, между листочками	Ходьба по листочкам, на расстоянии 15-20 см друг от друга		Ползание на четвереньках по прямой с опорой на ладони и колени 4-5 м		«Мы осенние листочки» «Букет листьев» (11)
2.	Моя малая родина (город) 11-15	Без предметов	Ходьба и бег врассыпную, парами		Перепрыгивание через шнур, положенный на пол		Прокатывание мяча двумя руками в прямом направлении, скатывание мяча по наклонной доске	«Построй пирамидку» (с.13)
3.	Осень. Осенние угощения 18-22	С мячиками - «яблочка- ми»	Ходьба и бег по кругу друг за другом, с остановкой на сигнал.	Ходьба между двумя линиями (расстояние 20 см)		Подлезание под дугу		«Собираем урожай»
4.	Мама, папа, я – дружная семья. День пожилого человека. 25-29	С кубиками	Ходьба и бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Ходьба по гимнастической скамейке лицом по ходу движения и стоя правым боком вперед, передвигаясь переставными шагами.	Прыжки на двух ногах на месте с поворотом вокруг себя		Метание маленького мяча в цель.	«Пробеги тихо» с.49 (Батурина Е.Г.)

Октябрь								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Лес. Дары леса. Животные леса. <i>Доп.прогр. с.102</i> 02-06	С массажными мячами - ежиками	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (на носках, руки за головой, на пятках, руки за спиной). Бег врассыпную.			Ползание на средних четвереньках	Прокатывание мяча – ежика по доске.	«Медведь» с.23, «Зайцы и волк» с.50 (Батурина Е.Г.)
2.	Комнатные растения 09-13	С большими мячами	Ходьба и бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Ходьба по ребристой доске с перешагиванием через кубики			Бросок мяча воспитателю и прием мяча от него	«Кто быстрее»
3.	Дары осени: откуда хлеб пришел. 16-20	Без предметов	Ходьба и бег врассыпную, парами. Ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы.		Прыжки из обруча в обруч	Пролазание в подвешенные обручи правым и левым боком.		«Найди свой домик»; «Урожай собирай»
4	Я и мои друзья: мы улыбаемся, мы грустим; добрые слова для друга. 23-27	С погремушками	Ходьба и бег врассыпную		Прыжки в длину с места до предмета.		Отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками после отскока об пол	«Догони меня»

Ноябрь								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Страна в которой я живу 30.10-03.11	С флажками	Ходьба по кругу друг за другом с переходом на бег и наоборот; Ходьба на носках, на пятках.	Ходьба по гимнастической скамейке.		Подлезание под веревку на четвереньках.		«Салют»

2.	Мир вокруг нас: мой домашний любимец. <i>Доп. прогр. с.220</i> 07-10	С большими мячами	Ходьба и бег в колонне друг за другом по зрительным ориентирам	Ходьба по ребристой доске с перешагиванием через кубики			Бросок мяча воспитателю и прием мяча от него.	«Лохматый пес» «Птички и кошка» с.52 «Кролики» с.54» (Батурина Е.Г.)
3.	Права детей в России. Имею право. 13-17	Без предметов	Ходьба и бег враспынную, парами. Ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы.		Прыжки из обруча в обруч	Пролазание в подвешенные обручи правым и левым боком.		«Найди свой домик» с.35 (Батурина Е.Г.) «Угадай кто позвал»
4.	День матери. 20-24	С кольцами	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (на носках, руки за головой, на пятках, руки за спиной). Бег враспынную.	Ходьба по гимнастической скамейке с кольцом на голове, руки в стороны.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.			«Ловишка с ленточкой»

Декабрь								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Начало зимы. Жалобная книга природы <i>Доп. прогр. с. 66</i> 27.11-01.12	С малыми мячами-«снежками»	Построение и ходьба парами по кругу, не держась за руки; бег враспынную; ходьба с высоким подниманием колен.	Ходьба по наклонной доске - «горке»			Бросок мяча на дальность правой и левой рукой.	«Снежок» с.19 «Пингвины на льдине»
2.	Как помочь птицам зимой. 04-08	С кубиком	Ходьба и бег между кубиками: на носках, на пятках, на внешней стороне стопы. Бег спиной вперед.		Упражнение «Кто быстрее до предмета». Прыжки с мячом между ног.	Ползание по гимнастической скамейке на животе.		«Синицы и кот» (с.103). «Перелет птиц» (с.9)

3.	Книжная неделя 11-15	Без предметов	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (на носках, руки за головой, на пятках, руки за спиной). Бег в колонне.	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубы (высота 10 см).	Прыжки из обруча в обруч на двух ногах.			«Сбей кеглю» «Снежинки и ветер» с. 209
4.	К нам приходит Новый год 18-22	С султанчиками	Ходьба обычная, парами, легкий бег, через препятствия (гимнастическую палку, приподнятую над полом)			Пролезание в обруч на четвереньках.	Скатывание мяча по наклонной доске; подбрасывание мяча невысоко вверх и ловля его.	«Два Мороза» «Снежки»

Январь								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Мы на транспорте поедим. ПДД 09-12	С кольцами (рули) «Ловкий шофер» с.45 «И/Ф»№2 2016	Построение и ходьба парами по кругу, не держась за руки; бег враспынную; ходьба с высоким подниманием колен, на внешней стороне стопы.	Ходьба с перешагиванием через шнуры, лежащие на полу.	Прыжки на батуте, спрыгивание на маты.			«Светофор» «Мы грузовики» «Воробушки и автомобиль» с.51 (Батурина Е.Г.)
2.	Мир вокруг нас: из чего сделаны предметы, тяжёлый-легкий. 15-19	С мячами (разные – по желанию)	Ходьба и бег в колонне друг за другом с остановкой по сигналу, враспынную, ходьба на носках, на пятках, не внешней стороне стопы, змейкой.			Подлезание под дугами	Забрасывание шайбы в ворота.	«Проведи не упусти»

3.	Мир одежды <i>Доп.прогр. с.101</i> 22-26	С платочками	Ходьба обычная, парами, легкий бег, через препятствия (гимнастическую палку, приподнятую над полом)	Ходьба по канату	Прыжки в обруч со скамейки	Ползание по скамейке на четвереньках		«Мы веселые ребята» « По ровненькой дорожке» (дорожки из шарфиков)
----	--	--------------	---	------------------	----------------------------	--------------------------------------	--	---

Февраль								
	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Животные жарких стран 29.01-02.02	С игрушками - зверушками	Ходьба и бег в заданном направлении.	Ходьба с перешагиванием через шнуры, лежащие на полу.		Ползание по полу на локтях, ноги прямые «крокодилы»		«Принеси игрушку» с.200 «Найди себе пару с такой же игрушкой»
2.	В гостях у сказки <i>Доп.прогр. с.222</i> 05-09	С ленточками	Ходьба с имитацией животных. Бег в колонне со сменой направлений по сигналу.		Прыжки в длину с места (40см)		Бросание мяча вперед двумя руками снизу	«Кот и мыши» « У медведя во бору»
3.	Деревья и кустарники 12-16	Без предметов	Ходьба и бег в заданном направлении		Прыжки вверх на месте «Сорвём яблоко»		Метание шишек в корзину	«По трудной дорожке» с.215 « Деревья и кустарники»
4.	Защитники Отечества 19-22	С флажками	Ходьба с изменением направления. Челночный бег (3 раза по 10м).	Ходьба с мешочком на голове.	Прыжки на одной ноге из обруча в обруч (на правой и левой поочередно).	Ползание по пластунски по прямой (расстояние 3м).		Игра «Сбей кеглю», «Самолеты»

Март								
	Тема	ОРУ	Ходьба	Равновесие	Прыжки	Ползание	Метание	Подвижная

			Бег			Лазанье		игра
1.	Весна пришла <i>Доп.прогр. с.154</i> 26.02-02.03	С платочками	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий инструктора по его сигналу (на носках, с приседанием, через предметы)	Ходьба по канату боком приставным шагом, руки на поясе			«Прокати и сбей» (сбивание мячом кегли)	«Ловишка с ленточками» «Найди свой домик»
2.	Самая красивая мамочка моя 05-07	С лентами	Ходьба по кругу парами, на носках, пятках, с высоким подниманием колен. Бег врассыпную.			Ползание по пластунски по прямой (расстояние 3м).	Отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками после удара о стену.	«Кот и мыши»
3.	Хакасия – мой край родной! 12-16	С мячом (среднего размера)	Ходьба и бег в заданном направлении		Прыжки с продвижением вперед с зажатым между колен мячом		Бросок мяча на дальность правой и левой рукой. Бросок мяча из-за головы двумя руками.	«Мой веселый звонкий мяч» бег с увертыванием
4.	Весенний день год кормит 19-23	С кубиками	Ходьба и бег между предметами	Ходьба по кочкам		Проползание в обруч, расположенный вертикально к полу, прямо не касаясь руками пола		«Солнышко и дождик» «Птички в гнёздышках сидят» с.199
5.	Народные игрушки 26-30	Ходьба на носках, пятках, с приседанием Руки на поясе. Легкий бег.		Ходьба по скамейке с перешагиванием через предметы.			Отбивание мяча правой и левой руками об пол.	Русская народная игра «Гуси-лебеди». Подвижная игра «Карусель».

Апрель

	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра
1.	Спорт, здоровье, сила. Здоровое питание <i>Доп.прогр. с.251</i> 02-06	С детскими гантелями	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий инструктора по его сигналу (на носках, с приседанием, через предметы)		Прыжки со сменой положения ног (врозь - вместе), стоя на месте	Лазание по лестнице, лежащей на полу	Бросание большого мяча двумя руками из-за головы через веревку.	«Ловишка с ленточками» «Кто тише»
2.	Тайна третьей планеты. 09-13	С кольцами	Ходьба с дополнительным заданием с остановкой по сигналу, поворот вокруг себя. Бег с ускорением и замедлением	Влезание на гимнастическую скамейку с дополнительным заданием для рук (руки в стороны)	Прыжки через предметы		Бросание мяча вверх и попытка его поймать	«Найди свое место в ракете» «Полетели в космос»
3.	Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли. 16-20	Без предметов	Ходьба по дорожке здоровья, Ходьба приставным шагом Бег в колонне друг за другом	Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы	Прыжки в высоту с места через шнур	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		«Воробушки и кот» «Скворцы» с.229
4.	Профессии родителей. 23-27	С кольцами	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий (на носках, руки за головой, на пятках, руки за спиной). Бег враспынную.	Ходьба по гимнастической скамейке с кольцом на голове, руки в стороны.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.		Бросание мяча из-за головы через сетку (с расстояния 50 см)	«Автомобили» «Пожарные на учениях с.76 (Батурина Е.Г.)

Май

	Тема	ОРУ	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Метание	Подвижная игра (игровые упражнения)
--	------	-----	---------------	------------	--------	---------------------	---------	---

1.	Насекомые 30.04; 03-04 <i>Доп.прогр. с.18</i>	Без предметов	Чередование обычной ходьбы с ходьбой на пятках, носках, на внешней стороне стопы. Бег мелким и широким шагом	Ходьба по шнуру по прямой		Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках – «смелые жуки»	Прокатывание мяча друг другу двумя руками	«Жуки» «Кого не стало»
2.	День Победы. 07-08, 10-11	С платочками	Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением заданий инструктора по его сигналу (на носках, с приседанием, через предметы)	Ходьба по ребристой доске	Прыжки в длину с места «Достань платочек» Прыжки на батуте		Подбрасывание платочка вверх и ловля его	«Ловишка с ленточками» « Кто быстрее допрыгнет до игрушки»
3.	Мир вокруг нас: разноц. рыбки. 14-18	С ленточками	Ходьба обычная, парами, легкий бег, через препятствия		«Допрыгни до рыбки» - прыжки в длину	Ползание по скамейке, лежа на животе - «рыбки»		«Удочка» «Рыбаки и рыбки» с.16 «Караси и щука» с.65 (Батурина.)
4.	Лето без опасности. Здравствуй лето 21-25	С мячами	Ходьба по дорожке здоровья, Ходьба приставным шагом Бег в колонне друг за другом	Ходьба по извилистой дорожке с перешагиванием через предметы	Прыжки в высоту с места через шнур	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками		«Иммунитет» «Мы весёлые ребята»

Средняя группа (4-5 лет)

Сентябрь									
	Неделя	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба. Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Детский сад! Краски осени 01-08	Без предметов.	Построение в колонну по одному.	Ходьба на носочках. Бег в колонне по одному.	Ходьба по ребристой доске.	Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно).		Метание предметов на дальность.	«Мы веселые ребята», «Осенние листочки».
2.	Моя малая	С мячом	Построение в	Ходьба на	Ходьба по	Прыжки в длину	Ползание по	Ловля мяча,	«Мы гуляем»

	родина (город) 11-15		шеренгу.	пятках. Бег в разных направлениях.	гимнастической скамейке.	с места.	скамейке на животе, подтягиваясь руками.	брошенного воспитателем.	С.231
3.	Осень. Осенние угощения. <i>Доп.прогр. с.53 18-22</i>	С кеглей («морков.») Комплекс «Овощи» см. стр 8 «И/Ф»№2 2016	Перестроение в колонну по одному.	Обычная ходьба. Бег в колонне по двое.	Ходьба по ребристой доске.	Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно).		Метание предметов на дальность.	«Собираем урожай»
4.	Мама, папа, я – дружная семья. День пожилого человека. 25-29	С погремушкам и	Построение в колонну по одному	Ходьба по площадке в свободном направлении. Бег в спокойном темпе		Прыжки через веревку (5-10 см от пола)	Подлезание под веревку, не касаясь, пола руками.	Катание мяча перед собой, двумя руками по полу	«Дружные парочки»

Октябрь									
1.	Лес. Дары леса. Животные са 02-06	Комплекс «Лесная тропинка» с.50 «И/Ф»№2 2016	Построение, размыкание и смыкание.	Ходьба на пятках, на носках Непрерывный бег в медлен – ном темпе (1,5 мин.)	Ходьба между линиями (10- 15см).	Прыжки в длину с места.	Пролезание в обруч.	Ловля мяча двумя руками (расстояние 1,5м).	«Хитрая лиса» «Волк во рву»
2.	Комнатные растения 09-13	С гантелями -бутылками	Построение в колонну по два.	Ходьба по прямой. Бег в колонне по двое.	Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики (15 см)	Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой.	Ползание по гимнастической скамейке на животе.		«Подбрось – поймай»
3.	Дары осени: откуда хлеб пришёл. <i>Доп.прогр. с.57 16-20</i>	С гимнастичес кими палками	Построение в колонну по два.	Ходьба по прямой. Бег в колонне по двое.	Упражнение «Подсвечник» с.32	Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза) в чередовании с		Прокатывание мячей друг другу	«Кто быстрее докатит колобок?»

						ходьбой.			
4.	Я и мои друзья: мы улыбаемся, мы грустим; добрые слова для друга. 23-27	С погремушками	Построение в колонну по одному	Ходьба по площадке в свободном направлении. Бег в спокойн. темпе		Прыжки через веревку (5-10 см от пола)	Подлезание под веревку, не касаясь, пола руками.	Катание мяча перед собой, двумя руками по полу	«Мы веселые ребята»

Ноябрь									
	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Страна, в которой я живу 30.10-03.11	С флажками	Равнение по ориентирам.	Обычная ходьба. Бег змейкой.	Ходьба по верёвке	Прыжки в длину с места.	Ползание по горизонтальной и наклонной доске.	Ловля мяча (расстояние 1,5м).	«Ловишки»
2.	Мир вокруг нас: мой домашн.любимец <i>Доп. пр. с.61 07-10</i>	С платочком	Перестроение в колонну по два.	Ходьба на пятках. Бег на носочках.	Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см).	Прыжки с поворотом кругом.	Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках	Отбивание мяча о землю двумя руками	«Лохматый пес»
3.	Права детей в России. Имею право. 13-17	С мячом	Размыкание и смыкание.	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег в колонне по двое.	Ходьба с мешочком на голове.	Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно).	Ползание между предметами.	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками .	«Школа мяча» (с.70 Батурина Е.Г.)
4.	День матери. 20-24	Без предметов	Построение в круг.	Ходьба по массажным дорожкам, обычная. Бег в колонне по двое.	Ходьба по линии.	Прыжки с поворотом кругом.	Подлезание под шнур	Ловля мяча, брошенного воспитателем.	«Найди себе пару»

Декабрь									
	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба. Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Начало зимы. Жалобн. книга природы <i>Доп.пр.</i> с..95 27.11-02.12	С султанчиками	Равнение по ориентирам.	Ходьба с выполнением заданий. Бег с одного края площадки на другой.	Ходьба с мешочком на голове.	Прыжки поочерёдно (через 4-5 линий, расстояние 40-50 см).	Ползание между предметами.	Перебрасывание мяча через препятствия (с расстояния 2м).	«Снежная королева» «Кто под сугробом»
2.	Как помочь птицам зимой. 04-08	На гимнастических скамейках	Построение в шеренгу.	Ходьба в разных направлениях. Бег со сменой ведущего	Ходьба по канату прямо	Прыжки с поворотом кругом.	Ползание по гимнастической скамейке на животе	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой	«Перелет птиц»
3.	Книжная неделя 11-15	Без предметов	Размыкание и смыкание. Повороты.	Ходьба на пятках. Непрерывный бег в медленном темпе.	Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см).	Прыжки через 2-3 предмета, поочерёдно через каждый.	Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони.		«Найди себе пару»
4.	К нам приходит Новый год 18-22	С обручем.	Построение в колонну по одному.	Ходьба с приседанием. Бег со сменой ведущего	Ходьба с приставлением пятки одной ноги к носку другой.	Прыжки поочерёдно (через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см).	Пролезание под дугу.	Ловля мяча (на расстоянии 1,5м).	Хоккеисты. «Дед Мороз»

Январь									
	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Мы на транспорте поедем.	С кольцом - рулем	Равнение по ориентирам.	Ходьба с выполнением заданий	Ходьба по гимнастической скамейке (с	Прыжки через 2-3 предмета, поочерёдно	Ползание на четвереньках с опорой на	Метание в горизонтальную цель (с расстояния	«Такси» с.216

	ПДД 09-12			Бег змейкой.	перешагиванием через предметы).	через каждый.	стопы и ладони.	2-2,5м) правой и левой рукой.	
2.	Мир вокруг нас: из чего сделаны предмет. тяжёлый- легкий. 15-19	Без предметов	Выполнение строевых команд: равняйсь; смирно.	Ходьба с высоким подниманием колен. Бег на расстоя- ние 40-60м со средней скоростью.		Прыжки (с высоты 20- 25см).	Ползание по горизонтальной и наклонной доске.	Перебрасывание мяча через препятствия (с расстояния 2м).	«Снежин.– пушинки» С 238
3.	3. Мир одежды. Обувь. <i>Доп.прогр.</i> <i>с.170</i> 22-26	С гантелями	Построение в шеренгу.	Обычная ходьба. Бег со сменой ведущего	Ходьба по канату прямо и боком приставным шагом	Прыжки с продвижен-нием вперёд (расстояние 2- 3м).	Упражнение «Муравьи» (ползание по полу с опорой на предплечья и колени)	Прокатывание мяча друг другу между предметами.	«Салки-приседал- ки»; Эстафета: «Сапоги- скороходы

Февраль									
	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Животн. жарких стран 20.01-02.02	С кубиками	Выполнение строевых команд: Равняйсь; Смирно.	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег в колонне по двое.	Ходьба по скамейке боком	Прыжки на батуте	Пролазание в обруч прямо и боком	Отбивание мяча о пол двумя руками	«Охотники и обезьяны»
2.	В гостях у сказки 05-09	Без предметов	Построение в колонну по одному.	Обычная ходьба. Бег на расстояние 40-60м со средней скоростью.	Ходьба по ребристой доске	Прыжки: ноги вместе, ноги врозь.	Подлезание под верёвку (высота 50см) правым и левым боком вперёд.	Отбивание мяча о землю правой и левой рукой	«Бабка Ёжка»; «Гуси, гуси»

3.	Деревья кустарн 13-17 <i>Доп.пр. с.24</i> 12-16	С гибкой палочкой	Построение в шеренгу.	Ходьба по скамейке с перешагиванием через кубики	Ходьба по гимнастическ. скамейке с мешочком на голове	Перепрыгивание через веревку вперед назад	Упражнение «Муравей» (с опорой на предплечья и колени)	Бросание мяча разными способами в парах	«1-2-3 к берез., осинов-у листику беги»
4.	Защитник О течения 19-22	С флажками	Построение в колонну по три.	Ходьба с изменением направления. Челночный бег (3 раза по 10м).	Ходьба с мешочком на голове.	Прыжки на одной ноге из обруча в обруч (на правой и левой поочередно).	Ползание по пластунски по прямой (расстояние 3м).	Игра «Сбей кеглю».	«Самолеты»

Март

	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба. Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Весна пришла <i>Доп.прогр с.177</i> 26.02-02.03	Без предмет.	Построение в колонну по три.	Обычная ходьба. Бег змейкой.	Ходьба скрестным шагом, между ногами скамейка, руки на поясе	Прыжки (с высоты 20-25см).	Пролазание прямо и боком в обруч (на высоте 10 см)	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками.	Эстафеты: «Повяжи платочек», «Подмети мусор» и др.
2.	Самая красивая мамочка моя 05-07	С платочками	Построение в колонну по три.	Обычная ходьба. Бег змейкой.	Ходьба скрестным шагом, между ногами скамейка, руки на поясе	Прыжки (с высоты 20-25см).	Пролазание прямо и боком в обруч (на высоте 10 см)	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками.	Эстафеты: «Повяжи платочек», «Подмети мусор» и др.
3.	Хакасия – мой край родной! 12-16	С мячом	Равнение по ориентирам.	Ходьба на наружных сторонах стоп, по массажным дорожкам. Бег спокойный.	Ходьба по гимнастическ. скамейке (с перешагиванием через предметы).	Прыжки в длину с места до ориентира (60 см).	Ползание «крабиками»	«Подбрось-поймай».	«Дикие козы и волк» или «Киик пююр»
4.	Весенний день год кормит. 19-23	С гимнастической палкой	Построение в колонну по одному.	Ходьба и бег змейкой между предметами.	Ходьба крестным шагом	Прыжки через веревку боком	Упражнение «паучок»	Бросание мяча от груди	«Скворцы» с.213

5.	Народные игрушки 26.03-30.03	С кеглей	Построение в колонну по два.	Ходьба приставным шагом в сторону (направо, налево). Бег с одного угла площадки на другой.	Перешагивание через предметы с разным положением рук.	Прыжки с поворотом кругом.	Упражнение «Муравьи»	Метание в вертикальную цель.	«Кто вперед до матрёшки» Русские народные игры: «Ручеёк»; «Колечко»
----	---------------------------------	----------	------------------------------	--	---	----------------------------	----------------------	------------------------------	--

Апрель									
	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба. Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Спорт, здоровье, сила. Здоровое питание 02-06	С кубиками	Повороты: направо, налево, кругом.	Ходьба с мешочком на голове. Бег с изменением темпа.	Ходьба с приставлением пятки одной ноги к носку другой.	Прыжки (поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50)	Ползание по гимнастической скамейке с подтягиванием руками.	Перебрасывание мяча через препятствия (с расстояния 2м) повторение.	Эстафета - «Полезные продукты» Игра-«Иммунитет»
2.	Тайна третьей планеты. <i>Доп. програм. с186</i> 09-13	С мячами	Перестроение в колонну по три.	Ходьба вдоль границ зала. Бег на расстояние 20м, 5,5-6сек.	Ходьба по верёвке.	Прыжки на одной ноге (правой и левой поочередно).	Лазание по гимнастической лестнице произвольным способом.	Перебрасывание мяча через препятствия (с расстояния 2м).	«Займи место в ракете»
3.	Скворцы прилетели на крыльях весну принесли. 16-20	Без предм Комплекс «Птицы» см. стр 9 «И/Ф»№2 2016	Построение в круг.	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег мелким и широким шагом.	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.	Прыжки с поворотом кругом.	Ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони.	Элементы спортивной игры футбол.	«Птицы в гнёздах»

4.	Профес. родителей 23-27	С кубиками	Построение в колонну по три.	Ходьба приставным шагом в сторону (вправо, влево). Бег на расстояние 20м, 5,5-6сек	Перешагивание через кубы (поочерёдно через 5-6шт, положенных на расстоянии друг от друга).	Прыжки в длину с места.	Пролезание в обруч	Прокатывание обручей друг другу.	«Где мы были мы не скажем, а что делали, покажем» (с. 233)
----	-------------------------	------------	------------------------------	--	--	-------------------------	--------------------	----------------------------------	--

Май

	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба. Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Насеком. 30.04; 03-05-04.05	Без предмет.	Равнение по ориентирам.	Ходьба на пятках, носках. Бег в колонне по одному.	Ходьба по узкой скамейке с приседанием на середине.	Прыжки с короткой скакалкой.	Упражнения: «Паучки»; «муравьи»	Школа мяча	«Кто тише?» «Как кузнечики»
2.	День Победы. 07.05-08.05; 10.05-11.05	С флажками	Построение в колонну по три.	Ходьба приставным шагом в сторону (вправо, влево). Бег на расстояние 20м, 5,5-6сек.	Перешагивание через кубы (поочерёдно через 5-6шт, положенных на расстоянии друг от друга).	Прыжки в длину с места.	Пролезание в обруч	Прокатывание обручей друг другу.	«Снайперы».
3.	Мир вокруг нас: разноцветные рыбки. 14-18	С мячами	Повороты направо, налево, кругом.	Ходьба с изменением направления. Бег мелким и широким шагом.	Перешагивание через набивной мяч (поочерёдно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга).	Прыжки: ноги вместе, ноги врозь.	Ползание по скамейке, лежа на животе - «рыбки»	Перебрасывание мяча через препятствия (с расстояния 2м).	«Рыбаки и рыбки» с.16
4.	Лето без опасности Здравствуй лето. <i>Доп.прогр с.228</i>	С цветными шарами.	Построение в колонну по два.	Ходьба приставным шагом в сторону (направо, налево). Бег с одного угла площадки на	Ходьба по скамейке с мешочком на голове.	Прыжки на батуте	Пролезание в тоннеле	«Сбей кеглю».	«Поспеси, но не урони» (Бег с мешочком на голове до ориентира) «Светофор»

	21-25			другой.					
--	-------	--	--	---------	--	--	--	--	--

Старшая группа (5-6 лет)

Сентябрь									
	Тема	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание Бросание Метание	Подвижная игра
1.	Детский сад! Краски осени <i>Доп.прогр с.186</i> 01-08	Без предмет.	Построение в круг.	Ходьба перекатом с пятки на носок. Бег на носочках.	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.	Прыжки на месте с зажатым между колен мячом	Ползание на четвереньках (расстояние 3-4м) с толканием головой мяча.	Бросание мяча о землю и ловля его.	«Мы веселые ребята» (с.64); «Солнышко и дождик».
2.	Моя малая родина (город) 11-15	С мячом	Построение в шеренгу. Повороты: направо, налево, кругом.	Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег с высоким подниманием колена.	Ходьба приставным шагом, руки на поясе по канату боком.	Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков, 2-3 раза) в чередовании с ходьбой.	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях	Метание мешочков в обруч (2м)	«Выше ноги от земли»
3.	Осень. Осенние угощения 18-22	С палкой	Построение в колонну по одному.	Ходьба с перекатом с пятки на носок. Бег змейкой.	Ходьба по узенькой рейке. Ходьба по ребристой доске.	Прыжки с продвижением вперед (расстояние 2-3м).	Ползание на четвереньках (расстояние 3-4м) с толканием головой мяча.	Перебрасывание предметов через препятствия (с расстояния 2м).	«Сбор урожая»
4.	Мама, папа, я- дружная семья. День пожилых людей. 25-29	С обручем	Построение в шеренгу. Повороты на месте	Обычная ходьба в чередовании с ходьбой: по диагонали. Бег в большой обруч.	Ходьба приставным шагом, руки на поясе с мешочком на голове.	Эстафеты: Прыжки с зажатым между ног мячом «Пингвины»	Упражнение «Крабики» с мешочком на животе	«Передай мяч (над головой, обратно под ногами)	«Хвостики»; «Резиночка»

Октябрь

1.	Лес. Дары леса. Животные леса. 02-06	Комплекс «Лесная тропинка» с 51 И/Ф №2 2016	Построение в шеренгу, прыжком перестроение в колонну.	Ходьба на пятках, на носках. Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1,5-2мин).	Ходьба по гимнастическ. скамейке через кубики	Прыжки на двух ногах на месте (30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой.	Ползание на животе с подтягиванием руками.	Метание шишек в корзину	«Бездомный заяц», «Волк во рву»
2.	Комнатные растения 09-13	С мячом.	Построение в колонну по трое.	Ходьба на носочках (руки за головой). Бег с высоким подниманием колена.	Кружение парами, держа за руки.	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Ползание между предметами в чередовании.	Бросок мяча вверх одной и двумя руками; Бросок мяча в кольцо; Ведение мяча.	«Собери цветок из лепестков»
3.	Дары осени: откуда хлеб пришел 16-20	С кольцами	Построение в колонну по одному.	Ходьба на пятках; выпадами. Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках.	Игра высокой подвижности: «Чье звено быстрее соберется»	Игра средней подвижности: «Резиночка»	Игра малой подвижности: «У кого мяч»	«Не урони мяч» - эстафета: на бадминтонной ракетке пронести мяч до ориентира, не уронив его.	«Кто быстрее соберет колосья пшеницы»
4.	Я и мои друзья: мы улыбаемся, мы грустим; добрые слова для друга. <i>Доп.прогр с.13 23-27</i>	ОРУ в парах	Повороты: направо, налево, кругом.	Ходьба по прямой. Непрерывный бег в медленном темпе.	Ходьба по гимнастической скамейке через набивные мячи.	«С кочки на кочку».	Ползание под дугу (высота 50см) правым и левым боком.		«Пятнашки» (с.62); «Чье звено скорее соберётся» (с.66)

Ноябрь

1.	Страна в которой я живу 31.10-03.11	С обручем.	Размыкание, смыкание.	Ходьба на носочках, руки за головой. Бег с одного края площадки на другой.	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на середине.	Прыжки на мягкое покрытие (высотой 20см).	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечья и колени.	Отбивание мяча о землю с продвижением (шагом) вперед (на расстояние 5-6м).	«Ручьи озера и моря»
2.	Мир вокруг нас: мой домашний	С палкой.	Построение в колонну.	Обычная ходьба. Бег по наклонной доске вверх и вниз,	Ходьба по веревке, руки в стороны.	Прыжки на двух ногах с продвижением	Перелезание через несколько предметов подряд.	Метание предметов на дальность.	«Кошки мышки» (с.63)

	любимец. 07-10			на носочках.		вперёд (на расстоянии 3-4м).			
3.	Права детей в России. Имею право. <i>Доп.прогр с.20</i> 13-17	С флажками	Перестроен. в колонну по три.	Ходьба вдоль границ зала.	Ходьба по гимнастической скамейке на носочках.	Игра «Не оставайся на полу».	Ползание между препятствиями в чередовании с ходьбой.	Ловля мяча двумя руками (не менее 10 раз).	«Мы веселые ребята»
4.	День матери. 20-24	Без предмет.	Построение в круг.	Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег враспынную.	Ходьба по узенькой рейке.	Прыжки на мягкое покрытие (высотой 20см).	Игра «Кто скорее доберётся до флажка».	Отбивание мяча о землю с продвижением (шагом) вперёд (на расстояние 5-6м).	«Перебежки(с.7 2)

Декабрь

1.	Начало зимы. Жалобная книга природы 27.11-01.12	С обручем	Размыкание в колонне на вытянутые руки вперёд.	Ходьба приставным шагом направо и налево. Бег боком приставным шагом.	Ходьба по гимнастической скамейке на носках.	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь).	Перелезание через несколько предметов подряд	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками.	«Затейники» (с.77) «Два мороза»
2.	Как помочь птицам зимой. 04-08	С кубиком.	Перестроение в колонну по три.	Ходьба в колонне по двое. Бег в чередовании с ходьбой.	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов.	Прыжки в длину с места (не менее 80см).	Пролезание в обруч разными способами.	Перебрасывание мяча через сетку	«Воробушки и кот», «Совушка»
3.	Книжная неделя 11-15	Без предмет.	Равнение в затылок.	Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег с высоким подниманием колена.	Ходьба по наклонной доске на носочках.	Прыжки на мягкое покрытие (высотой 20см).	Ползание на четвереньках (расстояние 3-4м) с толканием головой мяча.	Прокатывание набивных мячей.	«Ровная спинка - дойди не урони» (с книгой на голове) «Подскажи словечко» (с.167)
4.	К нам приход Новый год <i>Доп.прог</i>	С мягкими мячами - «снежками»	Размыкание в колонне на вытянутые руки вперёд.	Ходьба в колонне по двое. Бег враспынную.	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз.	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь).	Ползание по скамейке на животе.	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками.	«Снежная королева» (с.105); «Угадай кто под

	с.93 18-22								сугробом»
--	---------------	--	--	--	--	--	--	--	-----------

Январь

1.	Мы на транспорте поедem. ПДД <i>Доп.пр .с..130</i> 09-12	С палкой.	Повороты: направо, налево, кругом.	Ходьба обычная. Непрерывный бег в среднем темпе (на 80-120м, 2-3 раза).	Ходьба по наклонной доске на носочках.	Прыжки через скамейку «Джигитовка».	Ползание на четвереньках змейкой.	Перебрасывание мяча из одной руки в другую.	«Светофор», «Грузовики»
2.	Мир вокруг нас: из чего сделаны предметы, тяжёлый-легкий. 15-19	Без предмет.	Равнение в затылок.	Ходьба в колонне по трое. Бег с высоким подниманием бедра.	Ходьба по гимнастической скамейке (приставным шагом) с мешочком песка на голове.	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь).	Пролезание в обруч разными способами.	Метание предметов на дальность.	«Посуда»
3.	Мир одежды. Обувь. Головные уборы. 22-26	С малым мячом.	Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны.	Ходьба приставным шагом вправо и влево. Непрерывный бег в течение (1,5-2м)	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов	Прыжки через короткую скакалку.	Влезание на гимнастическ. лестницу и спуск с неё.	«Попади в шляпу»	«Найди свою пару»

Февраль

1.	Животные жарких стран 29-02	С обручем.	Размыкание в шеренге на вытянутые руки в стороны.	Ходьба приставным шагом вправо и влево. Непрерывный бег в среднем темпе (на 8—120м, 2-3 раза).	Ходьба по наклонной доске боком (приставным шагом) с мешочком на голове.	Прыжки в длину с разбега.	Лазанье по канату.	Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений	«Охотники и обезьяны»
2.	В гостях у сказки. 05-09	С гантелями	Перестроение в три колонны.	Ходьба вдоль стен зала с поворотом. Челночный бег (3 раза по 10м).	Ходьба по гимнастическ. скамейке боком приставным	Прыжки на двух ногах на месте (30-40 прыжков 2-3 раза) в	Ползание по скамейке с мешочком на спине	«Попади в обруч».	«Бабка-Ёжка» «Бездомный заяц».

					шагом	чередовании с ходьбой.			
3.	Деревья, кустарник <i>Доп.прогр с.49</i> 12-16	Без предметов.	Повороты: направо, налево, кругом.	Ходьба на пятках. Бег в колонне по двое.	Ходьба по наклонной доске на носочках.	Прыжки в длину с разбега.	Ползание по скамейке на спине	Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений	«Раз, два, три к дереву беги».
4.	Защитники Отечества 19-22	С флажками.	Повороты кругом с переступанием.	Обычная ходьба. Бег в среднем темпе.	Ходьба по гимнастической скамейке через набивные мячи.	Прыжки в высоту с места прямо и боком (через 5-6 предметов поочередно, высота 15-20см).	Лазание по-пластунски	Метание предметов на дальность («снайперы»).	«Самолеты»

Март

1.	Весна пришла 26.02-02.03	С мячом	Повороты кругом с переступанием.	Ходьба вдоль стен зала с поворотом. Челночный бег (3 раза по 10м).	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча двумя руками.	Прыжки через короткую скакалку.	Лазанье по канату	Перебрасывание мяча из одной руки в другую.	«Солнышко и дождик»
2.	Самая красивая мамочка моя 05-07	С лентами	Равнение в затылок.	Ходьба с выполнением различных заданий. Бег на носочках.	Ходьба по гимнастичес. скамейке с раскладыван. и собиранием предметов	Прыжки в высоту с места прямо и боком (через 5-6 предметов поочередно, высота 15-20см).	Быстрый подъём на лестницу и спуск с неё	Метание предметов в цель.	Эстафеты с мячом «Весёлые собачки» (с.140)
3.	Хакасия-мой край родной! 12-16	Без предметов	Размыкание в колонне на вытянутые руки в стороны.	Ходьба на носочках (руки за головой). Бег на скорость (20м, примерно за 5-5,5сек).	Кружение парами, держась за руки.	Прыжки разными способами (ноги скрестно, ноги врозь).	Пролезание в обруч разными способами.	Перебрасывание мяча с отскоком от земли.	«Метпечек»- жмурки Заячья тропа или «хозан орых»;
4.	Весенний день год кормит 19-23	С мячом	Повороты кругом с переступанием.	Ходьба вдоль стен зала с поворотом. Челночный бег (3 раза по 10м).	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча	Игра «Кто лучше прыгает?»	Лазание через тоннель	Игра «Мяч водящему»	«Ловишки».

					двумя руками.				
5.	Народные игрушки 26-30	С обручем	Ходьба на носках; на пяточках; с движением рук. Бег подскоками.	Наклоны туловища вперёд, вниз с касанием пальцами рук пальцев ног на скамейке.	Ходьба по скамейке с отбиванием мяча обеими руками	Прыжки через скамейку	Лазанье по канату	«Меткие стрелки»	Народные игры «Жмурки», «Гуси»

Апрель

1.	Спорт, здоровье, сила! Здоровое питание. <i>Доп.прогр с.41</i> 02-06	С гантелями	Размыкание и смыкание приставным шагом.	Обычная ходьба. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд.	Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и выполнением хлопка под ней.	Прыжки на двух ногах на скамейке с продвижением вперёд.	Ползание по матам на животе с подтягиванием руками и отталкиванием ногами, с опорой на предплечья.	Метание на дальность правой и левой рукой.	«Быстро возьми, быстро положи». «Иммунитет» Игра-эстафета «Полезные продукты»
2.	Тайна третьей планеты. 10-14	С кеглей.	Перестроение в три колонны.	Ходьба в колонне по одному. Бег врассыпную.	Ходьба по наклонной доске боком (с мешочком на голове).	Прыжки через скакалку с вращением её вперёд и назад.	Ползание на четвереньках (расстояние 3-4м) с толканием головой мяча	Метание предметов в цель.	«По планетам».
3.	Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли. 17-21	Без предметов	Повороты кругом.	Ходьба от одного края зала до другого. Бег по наклонной доске вверх и вниз на носочках.	Ходьба по узенькой рейке.	Прыжки в длину с места (не менее 80см).	Пролезание в обруч разными способами	Бросание мяча о землю и ловля двумя руками (не менее 10 раз подряд).	«Совушка»
4.	Профессии родителей. 24-28	Без предметов	Построение в круг.	Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег врассыпную.	Ходьба по узенькой рейке.	Прыжки на мягкое покрытие (высотой 20см).	Игра «Кто скорее доберётся до флажка».	Отбивание мяча о землю с продвижением (шагом) вперёд (на расстояние 5-6м).	«Летчики». «Пожарн. на учениях»

Май

1.	Насекомые	Без	Перестроение в	Ходьба с высоким	Ходьба по	Прыжки через	Ползание	Перебрасывание	«Поймай
----	-----------	-----	----------------	------------------	-----------	--------------	----------	----------------	---------

	30.04, 03-04	предметов.	колонну по два.	подниманием бедра. Бег мелким и широким шагом.	гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов.	скакалку с вращением её вперёд и назад.	«коровками» между ориентирами	мяча различными способами.	комара» (Батурина Е.Г.с.39)
2.	День Победы! <i>Доп.прогр с.57</i> 07-08, 10-11	С мячом.	Построение в колонну по одному.	Ходьба в колонне по двое. Бег с препятствиями.	Ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на поясе	Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).	Ползание по гимнастической скамейке с подтягиванием руками.	Бросание мяча вверх и ловля его с хлопком.	«Пустое место». «Бросить и поймать» (с.98)
3.	Мир вокруг нас: разноцветные рыбки. 14-18	С кольцом.	Равнение в затылок. Перестроение в три колонны.	Ходьба с выполнением различных заданий. Бег на носочках.	Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов.	Прыжки в высоту с места прямо и боком.	Пролезание под шнур левым и правым боком	Метание предметов в цель.	«Караси и щука». Эстафета «Рыбалка»
3.	Лето без опасности. Здравствуй лето. 21-25	С обручем.	Равнение в затылок. Перестроен. в колонну по три	Ходьба перекатом с пятки на носок. Челночный бег (3 раза по 10м).	Ходьба по наклонной доске боком.	Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся)	Перелазание через несколько предметов подряд.	Бросание мяча (левой и правой рукой) не менее 4-6 раз подряд.	«Встреч-ные перебежки «Светофор

Подготовительная группа (6-7 лет)

Сентябрь									
	Неделя	ОРУ	Строевые упражнения	Ходьба. Бег	Равновесие	Прыжки	Ползание Лазанье	Катание. Бросание. Метание.	Подвижная игра.
1.	Детский сад! Краски осени 01-08	С малым мячом.	Построение в колонну по одному.	Ходьба на носках. Бег в колонне по одному.	Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Прыжки разными способами (по 30 прыжков, 3-4 раза в чередовании с ходьбой).	Ползание на животе по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами.	Перекатывание мяча разными способами.	«Мы веселые ребята»
2.	Моя малая родина	С гантелями	Расчёт на первый, второй,	Ходьба с набивным мешочком на спине.	Ходьба по гимнастической	Прыжки с поворотом кругом.	Пролезание в обруч разными	Метание в горизонтальную	«Перемена

	(город) 11 – 15		перестроение из одной шеренги в две.	Бег на носочках.	скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками.		способами.	ю цель.	предмет»
3.	Осень. Осенние угощения 18 -22	В парах	Расчёт на первый, второй, перестроение из одной шеренги в две.	Ходьба на пятках, руки за головой. Бег враспынную.	Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носочках.	Прыжки разными способами (по 30 прыжков, 3-4 раза в чередовании с ходьбой).	Ползание на животе по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами.	Перебрасывание мяча из одной руки в другую.	«Горелки»
4.	Мама, папа, я – дружная семья. День пожилого человека. <i>Доп.прог.</i> <i>с.150</i> <i>25-29</i>	С кубиками	Построение в шеренгу.	Ходьба с разным положением рук. Бег с высоким подниманием колена.	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на одной ноге и пронесением другой махом вперёд и сбоку скамейки.	Прыжки через скакалку с вращением её вперёд и назад.	Лазание по канату	Перебрасывание мяча через сетку.	«Ловишка, бери ленту».

Октябрь

1.	Лес. Дары леса. Животные леса. 02-06	С большим обручем в тройках (с.43)	Перестроение в колонну по два	Ходьба с набивным мешочком на спине. Бег в разных направлениях.	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком.	Игра «Лягушки и цыплята».	Ползание под дугу несколькими способами подряд.	Метание на дальность (6-12м) левой и правой рукой.	«Волк во рву» с.89; «Охотники и зайцы» с.93 (Батурина)
2.	Комнатные растения <i>Доп.прогр.</i> <i>с.13</i> 09-13	На скамейках	Перестроение в колонну по три.	Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег с сильным сгибанием ног назад.	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на одной ноге и пронесением другой махом	Прыжки с продвижением вперёд (на 5-6м) с зажатым между ног мешочком с песком.	Ползание по скамейке на коленях и ладонях вперёд	Перебрасывание мяча через сетку.	«Собери цветок из лепестков»

					вперёд и сбоку скамейки				
3.	Дары осени: откуда хлеб пришел. 16-20	С верёвкой.	Расчёт на первый, второй, перестроение из одной шеренги в две.	Ходьба приставным шагом вперёд и назад. Бег мелким и широким шагом.	Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).	Прыжки на одной ноге через верёвку, вперёд и назад.	Ползание по скамейке на коленях и ладонях назад	Бросок мяча вверх одной рукой, ловля двумя 10-12 раз	«Гори, гори ясно»; «Грибки»
4.	Я и мои друзья: мы улыбаемся, мы грустим; 23-27	В парах	Равнение в затылок. Повороты.	Ходьба с изменением направления Бег со сменой ведущего.	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком.	Прыжки разными способами (по 30 прыжков, 3-4 раза в чередовании с ходьбой).	Ползание под дугу несколькими способами подряд.	Упражнение «Кольцо»	«Мы весёлые ребята»
Ноябрь									
1.	Страна в которой я живу 31.10-03.11	Со скакалкой.	Построение в колонну по одному.	Ходьба с изменением направления Бег на носочках.	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой и перешагиванием (платки, верёвки).	Прыжки с продвижением вперёд (на 5-6м) с зажатым между ног мешочком с песком.	Ползание на животе по - пластунски с мешочком в руках, чередуя с бегом	«Кто самый меткий?»	«Ручьи, озера и моря», «Четырех стихии»
2.	Мир вокруг нас: мой домашний любимец. 07-11	С обручем большого диаметра, по 4 чел.	Повороты направо, налево, кругом.	Ходьба приставным шагом вперёд и назад. Непрерывный бег (в течение 2-3 мин).	Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).	Прыжки (через 6-8 набивных мячей, последовательно через каждый).	Подлезание под шнур, натянутый на высоте 40 см от пола: на коленях и предплечьях;	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками.	«Лошадки» с.10 «Воробушки и кот» «Кот и мыши»
3.	Права детей в России. Имею право. <i>Доп. прогр.</i> с. 60 14-18	Без предметов.	Размыкание и смыкание. Ходьба по диагонали.	Ходьба на носочках. Бег с различными заданиями.	Ходьба по гимнастической скамейке с прокатыванием перед собой мяча двумя руками.	Прыжки на одной ноге через верёвку, вперёд и назад.	Подлезание под гимнастическую скамейку несколькими способами подряд.	Метание на дальность левой и правой рукой.	«Мы весёлые ребята»; «Чье звено вперёд»
4.	День матери. 21-25	С мячом.	Перестр. в колонну по три.	Бег в чередовании с ходьбой.	Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой и перешагиванием (платки, верёвки).	Круговая тренировка	Подлезание под дугами	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками.	«Не оставайся на земле»

Декабрь									
1.	Начало зимы. Жалобная книга природы <i>Доп.прогр.</i> С.74 27.11 – 01.12	С обручем	Построение в шеренгу.	Ходьба широким и мелким шагом. Бег с сильным сгибанием ног назад.	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Прыжки вверх из глубокого приседа.	Игра «Кто скорее доберётся до флажка?»	Игра «Кто самый меткий?».	«Два Мороза».
2.	Как помочь птицам зимой. 04-08	На гимнастич. скамейках	Построение в колонну по двое.	Ходьба приставным шагом вперёд и назад. Бег на носочках, «змейкой»		Прыжки со скамейки в обруч (в «гнезда»)	Ползание на спине по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами.	Метание на дальность левой и правой рукой.	«Каждом у свой дом» «Займи стул»
3.	Книжная неделя 11-15	С верёвкой в обеих руках внизу.	Перестроение из одного круга в несколько (2-3).	Ходьба в колонне по одному. Бег с разными заданиями.	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Прыжки на мягкое покрытие с разбега (высота 40см).	Ползание под дугу несколькими способами подряд.	Бросание и ловля мяча одной рукой.	«Ровная спинка - дойди не урони» (с книгой на голове)
4.	К нам приходит Новый год 18-22	Без предметов.	Размыкание и смыкание.	Ходьба змейкой. Бег обычный.	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием на одной ноге и пронесением другой махом вперёд и сбоку скамейки.	Прыжки на одной ноге через верёвку вперёд и назад.	Лазание по канату удобным способом.	Перебрасывание мяча разными способами.	«Два Мороза».
Январь									
1.	Мы на транспорте поедem. ПДД 09-12	С палкой.	Перестроение в колонну по три.	Ходьба змейкой. Бег с выбрасыван. прямых ног вперёд.	Ходьба по гимнастичес. скамейке с остановкой и перешагиванием	Прыжки в длину с места.	Ползание на четвереньках по бревну.	Метания в цель из положения стоя на коленях.	«Светофор»

	<i>Доп.прогр. с.60</i>				через предмет.				
2.	Мир вокруг нас: из чего сделаны предметы, тяжёлый-легкий. 15-19	С мячом.	Перестроение из одного круга в несколько.	Ходьба с поворотами. бег с высоким подниманием колена.	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Прыжки вверх из глубокого приседа.	Лазанье по гимнастической скамейке с использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног.	Бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной рукой (не менее 10 раз).	«Ловишка, бери ленту».
3.	Мир одежды Обувь. Головные уборы. 22-26	С палкой	Построение в колонну по четыре.	Ходьба с высоким подниманием колена. бег с мячом по доске, в чередовании с ходьбой.	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком.	Прыжки на одной ноге через линию вправо и влево.	Ползание на спине по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами.	Перебрасыван. мяча через сетку и ловля его на др. стороне (см. Батурина Е.Г, с.98)	«Найди свою пару».

Февраль

1.	Животные жарких стран. 29.01-02.02	С мячом	Равнение в колонне.	Ходьба на носочках. Непрерывный бег в течение 2-3мин.	Ходьба по гимнастическ. скамейке боком приставным шагом.	Прыжки в длину с разбега.	Лазанье по гимнастическ. скамейке с использован. перекрёстного одноимённого движения рук и ног.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	«Ловкие обезьянки»
2.	В гостях у сказки. <i>Доп.прогр. с.81</i> 05-09	С лентой	Перестроение в колонну по четыре.	Ходьба широким и мелким шагом. Бег со средней скоростью в чередовании с ходьбой.	Ходьба по гимнастическ. скамейке с приседанием на одной ноге.	Прыжки в длину с места.	Подлезание под дугу разными способами.	Метание в цель из положения, стоя на коленях.	«Гори, гори ясно». «Гуси лебеди»
3.	Деревья и кустарники 12-16	Без предметов	Перестроение из одного круга в несколько.	Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег с мячом в чередовании с ходьбой.	Ходьба по гимнастическ. скамейке боком приставным шагом.	Прыжки разными способами (по 30 прыжков, 3-4 раза в чередовании с ходьбой).	Лазание по канату	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в	««Раз, два, три к дереву беги».

								движении.	
4.	Защитники Отечества 19-22	С кеглями	Размыкание и смыкание приставным шагом.	Ходьба на пятках, руки за головой. Бег с высоким подниманием колена.	Ходьба поперекрестным шагом	Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд.	Ползание по- пластунски	Перебрасыв. мячей. Ведение мяча в разных направлен.	«Кавалер исты» (Шебеко В.Н. с.35)

Март

1.	Весна пришла <i>Доп. прогр</i> <i>с.133</i> 26.02-02.03	С обручем	Повороты направо, налево, кругом.	Ходьба с разным положением рук. Бег со скакалкой.	Ходьба по гимнастическ. скамейке с подниманием прямой ноги и выполнением хлопка под ней.	Прыжки (через 6-8 набивных мячей, последовательно через каждый).	Подлезание в обруч разными способами.	Метание в цель из разных положений (сидя, стоя, стоя на коленях).	«Ловишка бери ленту». «Прыгни через ручечку»
2.	Самая красивая мамочка моя 05-07	С лентами	Построение в шеренгу, размыкание и смыкание приставным шагом	Ходьба в колонне с различным положением рук; поперекрестная ходьба	Ходьба по гимнастическ. скамейке на носок, руки в стороны, на середине перешагнуть через палку.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд «змейкой».	Ползание в тоннель	Перебрасыв. мяча стоя в шеренгах, расстояние 2- 2,5 м, двумя руками снизу.	«Кем мы будем мы не скажем, а вот действия покажем» «Чистюля» (с.165)
3.	Хакасия – мой край родной! 12-16	С мешочком	Расчёт на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две.	Ходьба в полуприседе Бег со средней скоростью в чередовании с ходьбой.	Ходьба с набивным мешочком на спине.	Прыжки в длину с разбега.	Пролезание под дуги	Бросание мяча вверх с хлопком и поворотом.	Метпечек Заячья тропа или «хозан орых»
4.	Весенний день год кормит. 19-23	С палкой	Размыкание и смыкание приставным шагом.	Обычная ходьба. Бег с выбрасыванием прямых ног вперёд.	Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и выполнением хлопка под ней.	Прыжки на двух ногах на скамейке с продвижением вперёд.	Ползание по скамейке на четвереньках	Метание на дальность правой и левой рукой.	«Быстро возьми. Быстро положи».
5.	Народные	С мячом	Построение в	Ходьба в колонне	Ходьба по	Прыжки с разбега.	Ползание	Отбивание	Русская

	игрушки 26-30		шеренгу, в круг. Расчёт на 1-й, 2-й.	по два с заданиями	гимнастическ. скамейке с перешагиван. через ленточку.		«рыбкой» по скамейке	малого мяча об пол	народная игра «Ручеёк»; «Карусел.
--	------------------	--	---	--------------------	--	--	-------------------------	-----------------------	--

Апрель									
1.	Спорт, здоровье, сила. Здоровое питание <i>Доп.прогр.</i> <i>с.210</i> 02-06	Без предметов.	Перестроение в колонну по одному.	Ходьба приставным шагом вперёд и назад. Челночный бег (3-5 раз по 10м).	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через ленточку.	Прыжки вверх из глубокого приседа.	Лазание по канату	Перебрасывание мяча друг другу из положения сидя, ноги скрестно.	Эстафета «Полезные продукты», «Не боимся мы микробов»
2.	Тайна третьей планеты. 09-13	С лентами.	Построение в шеренгу.	Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег с прыжками.	Ходьба по узенькой рейке прямо и боком.	Прыжки на батуте	Подлезание под скакалкой несколькими способами (высота 30-50см).	Бросание и ловля мяча одной рукой (не меньше 10 раз).	«По ракетам».
3.	Скворцы прилетели, на крыльях весну принесли. 16-20	С палкой.	Перестроение в колонну по три.	Ходьба на носочках. Челночный бег (3-5 раз по 10м).	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через ленточку.	Прыжки с разбега (не менее 50см).	Ползание на четвереньках по бревну.	Бросание мяча вверх с хлопком и поворотом.	«Перелет птиц» (Батурина Е.Г. с. 106), «Скворцы» с.229
4.	Профессии родителей. 23-27	С кольцами		Ходьба на наружных сторонах стоп. Бег в рассыпную.	Ходьба по узенькой рейке.	Прыжки на мягкое покрытие (высотой 20см).	Игра «Кто скорее доберётся до флажка».	Отбивание мяча о землю с продвижением (шагом) вперёд (на расстоянии 5-6м).	«Летчики» «Мы шофёры»
Май									

1.	Насекомые 30.04 03-04	С обручем.	Размыкание и смыкание приставным шагом.	Ходьба с другими видами движений. Непрерывный бег в течение 2-3мин.	Ходьба скрестным шагом, между ногами скамейка, руки на поясе.	Прыжки через большой обруч (как скакалку).	Подлезание в обруч разными способами.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении.	«Паук и мухи» с.107 (Батурина Е.Г.)
2.	День Победы. 07-08, 10-11.	С флажками	Повороты направо, налево, кругом.	Ходьба широким и мелким шагом. Бег на скорость: 30м	Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Прыжки через длинную скакалку парами.	Ползание на спине по гимнастической скамейке с подтягиванием руками	Метание в движущуюся цель.	«Эстафеты с мячами» с. 109 (Батурина Е.Г.)
3.	Мир вокруг нас: разноцветные рыбки. 14-18	С лентами.	Перестроение в колонну по три.	Ходьба с высоким подниманием колена. Непрерывный бег в течение 2-3мин.	Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).	Прыжки на одной ноге через линию (ленту) вправо и влево.	Ползание на спине по гимнастической скамейке с подтягиванием руками и отталкиванием ногами.	Перебрасывание мяча друг другу из-за головы (расстояние 3-4м).	«Караси и щука» «Море волнуется»
4.	Лето без опасности. Здравствуй лето. <i>Доп.прогр.</i> 240 21-25	Без предметов.	Перестроение в колонну по четыре.	Ходьба в полуприседе. Бег на скорость: 30м (примерно за 6,5-7,5с).	Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасывание мяча вверх и ловлей его двумя руками	Прыжки через большой обруч (как скакалку).	Лазание по канату	Метание в движущуюся цель.	«Быстро возьми. Быстро положи».

Планируемые результаты образовательной работы

(Смотреть в Примерной образовательной программе дошкольного образования «Детство»)

Организация оценки индивидуального развития детей

Программой предусмотрена система мониторинга результатов освоения воспитанниками образовательных программ. Мониторинг включает систему сбора, анализа, хранения и накопления результатов педагогической диагностики, обеспечивающих непрерывность и своевременную корректировку образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика связана с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации и проводится в форме наблюдения, беседы.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач:

– индивидуализации образования (в том числе поддержки воспитанника, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

– оптимизации работы с группой детей.

Проводится два раза в год: в начале учебного года (сентябрь) и в конце учебного года (май).

После проведения педагогической диагностики в начале учебного года на основе полученных результатов проводится планирование образовательной деятельности с воспитанниками на учебный год: составление индивидуального образовательного маршрута для детей, испытывающих трудности в образовательном процессе или имеющих особые образовательные потребности, а так же планирование индивидуальной работы в течение года.

В конце учебного года по результатам педагогической диагностики проводится сравнительный анализ освоения воспитанниками образовательной программы, на основе которого определяются перспективы образовательной деятельности на следующий учебный год.

В качестве критериев педагогической диагностики выделены внешние (наблюдаемые) проявления в поведении, в деятельности, во взаимодействии со сверстниками и взрослыми, которые отражают становление данного критерия на протяжении всего дошкольного возраста. Для построения развивающего образования система мониторинга учитывает необходимость организации образовательной работы в зоне ближайшего развития ребёнка.

Организация развивающей предметно-пространственной среды

Название	Процент насыщенности	Имеющееся оборудование
Спортивный зал	87%	Мячи фитбол для гимнастики, лабиринт игровой, спорткомплекс из мягких модулей, комплект следочков, ладоней, ступней, гимнастический набор для построения полосы препятствий, круговая лесенка-балансир, дорожка из упругих объемных элементов с наклонной поверхностью, тактильная доска, разные мячи, переносное кольцо, атрибуты для спортивных игр, шведская стенка, массажные дорожки, атрибуты для подвижных игр, скамейки и другое

Список используемой литературы

1. Алябьева Е.А. – Нескучная гимнастика – Москва «Сфера» - 2014.
2. Глазырина Л.Д. – Физическая культура – дошкольникам – Москва – «Владос» - 1999.
3. Доскин В.А., Голубева Л.Г. – Растем здоровыми – Москва «Просвещение»- 2004.
4. Занозина А., Гришанина С. – Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет, Москва, «Линка-Пресс» - 2008 г.
5. Лайзане С.Я. – Физическая культура для малышей – Москва «Просвещение» - 1987.
6. Маханева М.Д. –Здоровый ребенок –Москва – 2004.
7. Сулим Е.В. – Занятия по физкультуре в детском саду – Москва «Сфера» - 2010.
8. Микляева Н.В. – Физическое развитие дошкольников - Москва «Сфера» - 2015.
9. Померанцева И.В. – Спортивно-развивающие комплексы – Волгоград: «Учитель» - 2012.
10. Сучкова И.М. – Физическое развитие детей 2-7 лет Волгоград: «Учитель» - 2011.
11. Филиппова С.О., Пономарев Г.Н. – Теория и методика физической культуры – Санкт –Петербург Детство- Пресс, 2008.