РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МАДОУ ЦРР Д/С № 14
по образовательной области «Физическое развитие»
«Физическая культура»
(группа раннего возраста (1,5-2 года), первая младшая группа (2-3 года), вторая младшая группа (3-4 года), средняя группа (4-5 лет), старшая группа (5-6 лет), подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Составитель программы:
Пономарева Э.А., инструктор по физической культуре

г. Калининград,
2020 г.

1. Пояснительная записка

Содержание программы направлено на развитие двигательной сферы детей и обеспечение их эмоционального благополучия.

Методы: показ, наблюдение, упражнение, имитация, игра.

Эффективность формирования двигательных навыков во многом зависит от правильного подбора методов и приемов обучения. Различают три группы методов: наглядные, словесные и практические. К этой группе методов относятся показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитации (подражания), зрительных ориентиров, звуковых сигналов, помощи.

Основная форма реализации данной программы – в процессе образовательной деятельности три раза в неделю. Продолжительность образовательной деятельности составляет от 10 до 30 минут в зависимости от возраста детей, совместная деятельность, а также ежедневно – подвижные игры, упражнения на прогулке.

Цель: обеспечение разностороннего физического развития дошкольников разного возраста посредством организации различных форм физического воспитания.

Задачи:

Первый год освоения (1,5-2 года):

1. Способствовать формированию естественных видов движений (ходьба, ползание, лазанье, попытки бега и подпрыгивания вверх и пр.).
2. Обогащать двигательный опыт выполнением игровых действий с предметами и игрушками, разными по форме, величине, цвету, назначению.
3. Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга.
4. Развивать сенсомоторную активность, крупную и тонкую моторику, двигательную координацию.
5. Формировать элементарные культурно-гигиенические навыки.

Второй год освоения (2-3 года):

1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.
4. Укреплять здоровье детей, реализовывать систему закаливания.
5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

Третий год освоения (3-4 года):

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками.

5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

Четвертый год освоения (4-5 лет):

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни

4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Пятый год освоения (5-6 лет):

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.

3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.

4. Развивать творчества в двигательной деятельности.

5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.

7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни.

9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.

10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания

Шестой год освоения (6-7 лет):

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.

2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.

3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.

5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость - координацию движений.

6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.

8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

2. Планируемые результаты освоения программы

В результате овладения программы **достижения ребенка 1,5-2 лет** выражаются в следующем:

- Ребенок владеет основными движениями (ходьба в разных направлениях, с перешагиванием через предметы (высотой 10 см), в различном темпе, бег в разных направлениях и к цели, непрерывный в течение 30—40 с; прыжки на месте и с продвижением вперед).
- Воспроизводит простые движения по показу взрослого.
- Охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым.
- Получает удовольствие от процесса выполнения движений.

В результате овладения программы **достижения ребенка 2-3 лет** выражаются в следующем:

- Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.).
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы.
- С большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность.
- Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям.
- Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.

В результате овладения программы **достижения ребенка 3-4 лет** выражаются в следующем:

- Ребенок гармонично физически развивается, с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.
- Интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями.
- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно, самостоятельно и точно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

- С большим желанием вступает в общение с другими детьми и с воспитателем при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх.
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

В результате овладения программы **достижения ребенка 4-5 лет** выражаются в следующем:

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость;
- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная мелкая моторика рук;
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности;
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна;
- Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх;
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы;
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогании;
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

В результате овладения программы **достижения ребенка 5-6 лет** выражаются в следующем:

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

В результате овладения программы **достижения ребенка 6-7 лет** выражаются в следующем:

- Двигательный опыт ребенка богат; выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Владеет навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.

3. Тематическое планирование
(1,5-2 года)

№ недели	Тема ОД	Цель
1-5	«В гостях у деток»	Упражнять в ходьбе в прямом направлении, упражнять в ползании, развивать чувство равновесия; воспитывать положительные эмоции. Подвижная игра «Найди погремушку».
6-9	«Наши ножки ходят по дорожке»	Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности, познакомить с бросанием мяча, упражнять в ползании и подлезании, развивать внимание и умение реагировать на слово. Подвижная игра «Иди ко мне»
10-11	«Серенькая кошечка»	Упражнять в ходьбе в прямом направлении, в ползании и перелезании бревна, повторить бросание, развивать умение ориентироваться в пространстве, воспитывать ловкость. Игровое упражнение «Иди к кошечке».
12-13	«Белочка на веточках»	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, повторить ползание и перелезание бревна, бросать мяч двумя руками, воспитывать смелость и самостоятельность. Игровое упражнение «Бегите к белочке»
14-15	«Вышла курочка гулять»	Упражнять в ходьбе по ограниченной поверхности, повторить ползание и подлезание под палку, упражнять в бросании мяча, развивать ориентировку в пространстве, воспитывать коммуникативный навык. Игровое упражнение «мама курочка зовет»
16-17	«По ровненькой дорожке шагают наши ножки»	Повторить ползание и подлезание под скамейку, закреплять умение бросать мяч двумя руками, воспитывать самостоятельность, развивать умение ориентироваться в

		пространстве. Игра «В гости к куклам»
18-19	«Зайка серенький сидит»	Познакомить с броском мешочка вдаль правой рукой (левой), упражнять в ходьбе по гимнастической доске, развивать чувство равновесия, развивать умение ориентироваться в пространстве, воспитывать двигательную активность. Игровое упражнение «Догоните зайку!»
20-21	«Мой веселый звонкий мяч»	Повторить ползание и пролезание в обруч, познакомить с броском мяча через ленту, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать умение действовать по сигналу. Игровое упражнение «Поймай мяч»
22-23	«Шустрые котята»	Упражнять в ходьбе по ребристой доске, повторить в умении взойти на ящик и сойти с него, познакомить с броском из-за головы двумя руками, развивать внимание и ориентировку в пространстве, воспитывать ловкость.
24-25	«В гости к бабушке»	Упражнять в катании мяча, ходьбе по ребристой доске, повторить ползание и перелезание через бревно, воспитывать смелость и самостоятельность. Упражнение «Зайчики прыгают»
26-27	«Мы Петрушки»	Повторить ходьбу по доске, упражнять в ползании, подлезании под палку, побуждать бросать одной рукой, воспитывать самостоятельность. Игровое упражнение «Догони Петрушку»
28-29	«Сорока, сорока, где была? Далеко!»	Упражнять в бросании в горизонтальную цель, учить ходить, меняя направление, упражнять в ползании, развивать глазомер и ориентировку в пространстве. Игра «Птички летают!»
30-31	«Мишка по лесу гулял»	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием ног, познакомить с катанием мяча, повторить ползание и перелезание через скамейку, развивать внимание и ориентировку в пространстве, воспитывать двигательную активность. Упражнение «Мишка учит детей догонять мяч».
32-33	«Мишка косолапый»	Ходить, высоко поднимая ноги, упражнять в ползании по гимнастической скамейке, повторить бросание мешочка с песком одной рукой, развивать равновесие и глазомер. Игровое упражнение «Поднимай ноги выше»
34-36	«Мы милашки, куклы-неваляшки»	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, повторить ползание и пролезание в обруч, упражнять в бросании одной рукой, развивать внимание и чувство равновесия. Игровое упражнение «Найди, где спрятана кукла-неваляшка».
37-38	«К нам пришла собачка»	Повторить ходьбу по ребристой доске, упражнять в бросании мячей через ленту, повторить ползание, развивать равновесие и глазомер. Игра «Догони собачку»

Тематическое планирование
(2-3 года)

№ недели	Тема ОД	Цель
1	Занятие 1-3	Учить начинать ходьбу по сигналу; развивать чувство равновесия – умение ходить по ограниченной поверхности (между двух линий). Подвижная игра «Бегите ко мне»
2	Занятие 4-6	Учить ходить и бегать, меняя направление по определённому сигналу; развивать умение ползать Подвижная игра «Догоните меня»
3	Занятие 7-9	Учить соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега; приучать бегать в разных направлениях, не мешая друг другу; развивать внимание. Подвижная игра «В гости к куклам»
4	Занятие 10-12	Учить ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать предмет на дальность правой и левой рукой; развивать умение бегать в определенном направлении. Подвижная игра «Бегите ко мне»
5	Занятие 13-15	Учить ходить по гимнастической скамейке; развивать чувство равновесия; упражнять в совершенствовании бега в определенном направлении, умение реагировать на сигналы. Подвижная игра «Догоните мяч»
6	Занятие 16-18	Ознакомить с выполнением прыжка вперед на двух ногах; учить бросать предмет в горизонтальную цель; совершенствовать умение реагировать на сигнал. Учить ходьбе по гимнастической скамейке, бросанию предмета из-за головы двумя руками; упражнять в ползании на четвереньках; развивать чувство равновесия; совершенствовать умение передвигаться в определённом направлении. Подвижная игра «Догони мяч»
7	Занятие 19-21	Учить прыгать в длину с места; закреплять метание предмета на дальность из-за головы; способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Учить ходить парами в определенном направлении, бросать мяч на дальность от груди; упражнять в катании мяча; приучать внимательно слушать воспитателя и ждать сигнала для начала движения. Подвижная игра «Через ручеек»
8	Занятие 22-24	Учить ходьбе по наклонной доске; упражнять в метании предмета на дальность от груди; приучать согласовывать свои движения с движениями других детей, действовать по сигналу. Учить бросать и ловить мяч; упражнять в ходьбе по наклонной доске; развивать чувство равновесия, глазомер; воспитывать выдержку. Подвижная игра «Солнышко и дождик»

9	Занятие 25-27	Упражнять в прыжках в длину с места, бросании мешочка на дальность правой и левой рукой, в переступании через препятствия; закреплять умение реагировать на сигнал. Учить ходьбе по кругу взявшись за руки, ходьбе на носочках, соблюдая определенное направление; упражнять в ползании на четвереньках, переступании через препятствия, в катании мяча. Подвижная игра «Догоните меня»
10	Занятие 28-30	Учить ходить в разных направлениях не наталкиваясь друг на друга; упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании мяча на дальность правой и левой рукой; воспитывать умение сдерживать себя. Развивать умение организованно перемещаться в заданном направлении; учить подлезать под рейку; совершенствовать прыжок в длину с места на двух ногах; упражнять в ползании; развивать ловкость и координацию движений. Подвижная игра «Догони мяч»
11	Занятие 31-33	Учить бросать предмет в горизонтальную цель, прыгать в длину с места; закреплять умение ходить по кругу взявшись за руки. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, катании мяча под дугу; закреплять умение не терять равновесия во время ходьбы по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
12	Занятие 34-36	Учить прыгать в длину; упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз; развивать ловкость, глазомер и чувство равновесия. Упражнять в прыжках в длину с места на двух ногах, в ползании; воспитывать умение слышать сигналы и реагировать на них. Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»
13	Занятие 37-39	Учить бросать предмет на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; развивать внимание и координацию движений. Упражнять в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз; учить бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми. Подвижная игра «Поезд»
14	Занятие 40-42	Учить бросанию предмета на дальность; совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке; упражнять в ходьбе друг за другом со сменой направления; развивать чувство равновесия и умение ориентироваться в пространстве. Учить лазать по гимнастической стенке; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке; совершенствовать прыжок в длину с места. Подвижная игра «Самолеты»

15	Занятие 43-45	Закреплять умение ходить в колонне по одному; упражнять в бросании предмета в горизонтальную цель, учить во время броска соблюдать указанное направление; совершенствовать прыжки в длину с места. Закреплять умение ползать и подлезать подл веревку; совершенствовать навык бросания предмета из-за головы; учить согласовывать свои движения с движениями сверстников. Подвижная игра «Пузырь»
16	Занятие 46-48	Учить прыгать в длину с места; упражнять в ходьбе по наклонной доске; развивать чувство равновесия, глазомер, ловкость и координацию движений. Закреплять умение ползать по гимнастической скамейке; бросать предмет на дальность обеими руками; учить быстро реагировать на сигнал. Подвижная игра «Птички в гнездышках»
17	Занятие 49-51	Учить катать мяч с соблюдением направления, дружно играть; упражнять в умение ползать по гимнастической скамейке. Закреплять умение бросать предмет в горизонтальную цель; учить ползать по гимнастической скамейке; развивать чувство равновесия и координацию движений; приучать выполнять задание самостоятельно. Подвижная игра «Догони меня»
18	Занятие 52-54	Учить ходить и бегать в колонне по одному; совершенствовать прыжок в длину с места; упражнять в метании предмета в горизонтальную цель обеими руками; развивать глазомер. Упражнять прыжках в длину с места, ползании на четвереньках и подлезании под рейку; закреплять умение ходить по гимнастической скамейке; способствовать развитию чувства равновесия и ориентировки в пространстве. Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»
19	Занятие 55-57	Упражнять в метании предмета на дальность обеими руками; учить ходить по наклонной доске; следить, чтобы дети были внимательными, дружно играли. Упражнять в бросании предмета в горизонтальную цель; учить прыгать в длину с места; способствовать развитию глазомера, координации движений, умению ориентироваться в пространстве. Подвижная игра «Птички в гнёздышках»
20	Занятие 58-60	Учить прыгать с высоты; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке; в ползании и подлезании; способствовать развитию чувства равновесия, ориентировки в пространстве. Учить катать мяч друг другу, действовать в коллективе; совершенствовать бросание предмета на дальность из-за головы; закреплять умение быстро реагировать на сигнал. Подвижная игра «Жуки»

21	Занятие 61-63	Учить катать мяч в цель, совершенствовать бросание мяча на дальность из-за головы; учить согласовывать движения с движениями сверстников. Упражнять в ползании и подлезании под рейку, прыжках в длину с места; учить быть дружными, помогать друг другу. Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»
22	Занятие 64-66	Упражнять в ходьбе по наклонной доске, бросании в цель, прыжках в длину с места; способствовать развитию глазомера, координации движений. Учить ходить по гимнастической скамейке, бросать и ловить мяч; способствовать воспитанию сдержанности, ловкости и развитию умения дружно играть. Подвижная игра «Кошка и мышки»
23	Занятие 67-69	Упражнять в ползании по гимнастической скамейке; учить подпрыгивать; способствовать развитию координации движений; продолжать развивать умения быстро реагировать на сигнал, дружно играть. Упражнять в катании мяча, ползании на четвереньках; способствовать развитию глазомера и координации движений; учить помогать друг другу. Подвижная игра «Догоните меня»
24	Занятие 70-72	Учить ползать по гимнастической скамейке и спрыгивать с нее; упражнять в катании мяча в цель; способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия и глазомера. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках в длину с места на двух ногах; развивать умение быстро реагировать на сигнал; способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Подвижная игра «Поезд»
25	Занятие 73-75	Учить метанию мяча на дальность двумя руками из-за головы и катанию мяча в воротца; приучать сохранять направление при метании и катании мячей. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с нее; учить ходить парами; закреплять умение бросать предмет на дельность из-за головы; способствовать преодолению робости, развитию чувства равновесия. Подвижная игра «Кошка и мышки»
26	Занятие 76-78	Учить ходьбе по наклонной доске, метать мяч на дальность обеими руками, дружно играть; способствовать развитию ловкости, преодолению робости. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, ползании на четвереньках и подлезании под веревку; учить образовывать круг, берясь за руки; способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Подвижная игра «Пузырь»

27	Занятие 79-81	Упражнять в метании мяча на дальность одной рукой; закрепить умение прыгать в длину с места; развивать координацию движений; воспитывать внимание и умение сдерживать себя. Учить бросать и ловить мяч, дружно играть, помогать друг другу; упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
28	Занятие 82-84	Упражнять в прыжках в длину с места; закрепить умение ползать по гимнастической скамейке; учить быстро реагировать на сигнал. Учить прыгать с высоты; упражнять в метании в горизонтальную цель; закрепить умение ходить на четвереньках; способствовать развитию координации движений, умению сохранять определенное направление при броске предметов. Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»
29	Занятие 85-87	Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с нее; учить бросать и ловить мяч; способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Закреплять умение прыгать в длину с места, бросать предмет в горизонтальную цель, соизмеряя силу броска с расстоянием до цели; продолжать учить ползать и подлезать под дугу, реагировать на сигнал педагога. Подвижная игра «Пузырь»
30	Занятие 88-90	Закреплять умение бросать предмет на дальность из-за головы, катать мяч друг другу; способствовать развитию глазомера, координации движений и ловкости; учить дружно играть и быстро реагировать на сигнал. Учить бросать мяч вперед и вверх; совершенствовать ходьбу по наклонной доске; способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости. Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»
31	Занятие 91-93	Учить бросать предмет на дальность одной рукой и прыгать в длину с места; способствовать развитию смелости, ловкости, умению по сигналу прекращать движение. Закреплять умение ходить по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках с высоты; учить бросать и ловить мяч, действовать по сигналу педагога. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
32	Занятие 94-96	Учить ползать по гимнастической скамейке и метать мяч на дальность от груди; способствовать развитию чувства равновесия и координации движений. Закреплять умения бросать предмет в горизонтальную цель и ходить по наклонной доске; способствовать развитию чувства равновесия; обучать ориентировке в пространстве. Подвижная игра «Птички в гнездышках»

33	Занятие 97-99	Закреплять умение ходить по наклонной доске; совершенствовать прыжок в длину с места и метание предмета на дальность из-за головы; способствовать воспитанию смелости и самостоятельности. Учить бросать предмет на дальность одной рукой; продолжать учить ползанию и подлезанию под дугу; способствовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве; развивать умение быстро реагировать на сигнал. Подвижная игра «Пузырь»
34	Занятие 100-102	Упражнять в метании предмета на дальность одной рукой; совершенствовать ходьбу по гимнастической скамейке; воспитывать ловкость; развивать чувство равновесия и глазомер. Учить прыжкам в длину с места, ориентировке в пространстве; упражнять в умениях бросать на дальность из-за головы и катать мяч; способствовать развитию координации движений. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
35	Занятие 103-105	Учить бросать мяч; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжках с высоты; развивать чувство равновесия и координацию движений; воспитывать смелость. Закреплять умение катать мяч; упражнять в ползании по гимнастической скамейке; развивать чувство равновесия. Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч»
36	Занятие 106-108	Учить ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч; упражнять в ходьбе с сохранением равновесия; способствовать развитию умения действовать по сигналу Подвижная игра «Бегите ко мне»
37	Занятие 109-111	Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с нее; учить ходить парами; закреплять умение бросать предмет на дельность из-за головы; способствовать преодолению робости, развитию чувства равновесия. Подвижная игра «Кошка и мышки»
38	Занятие 111-114	Мониторинг

Тематическое планирование
(3-4 года)

№ недели	Тема ОД	Цель
1-2	«Здравствуй, детский сад!»	Учить ходить и бегать всей группой в одном направлении за инструктором, бегать врассыпную; упражнять в прыжках на двух ногах на месте, в ползании на четвереньках по прямой (с опорой на ладони и колени), в прокатывании мяча по скамейке от черты, придерживая его одной, двумя руками. Развивать внимание, движения, речь, умение ориентироваться в пространстве; тренировать носовое дыхание, смыкание губ. Подвижная игра «Принеси - не урони»
3	«Игрушки-погремушки»	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, всей группой, парами за инструктором, в прыжках на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой, в подлезании под шнур на четвереньках. Учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. Знакомить с действиями с мячом.

		Подвижная игра «запасливые хомячки»
4	«Месяц полных кладовых»	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, всей группой, парами за инструктором, в прыжках на двух ногах на месте в чередовании с ходьбой, в подлезании под шнур на четвереньках. Учить сохранять равновесие в ходьбе и беге по ограниченной площади. Знакомить с действиями с мячом. Подвижная игра «запасливые хомячки»
5	«Мой домашний любимец»	Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу. Повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями. Упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в подлезании под дугу, в метании; учить перепрыгивать через шнур, расположенный на полу. Подвижная игра «Наседка и цыплята»
6	«С нами старый скворушка до весны прощается»	Закреплять умение ходить и бегать по кругу вокруг кубиков с остановкой по сигналу. Повторить упражнения в ходьбе и беге между двумя линиями. Упражнять в прыжках на двух ногах вокруг предметов, в подлезании под дугу, в метании; учить перепрыгивать через шнур, расположенный на полу. Подвижная игра «Перелет птиц»
7	«Чудо-дерево»	Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в перепрыгивании че- рез шнур; закреплять умения катать мяч друг другу, стоя на коленях, подлезать под шнур; учить ловить мяч от инструктора. Подвижная игра «Огуречик»
8	«Осенняя песенка»	Упражнять в ходьбе и беге между двумя линиями, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, в перепрыгивании че- рез шнур; закреплять умения катать мяч друг другу, стоя на коленях, подлезать под шнур; учить ловить мяч от инструктора. Подвижная игра «Букет листьев»»
9	«Детский сад»	Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании под верёвку, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч; учить подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его. Подвижная игра «Мыши в кладовой»
10	«Мебель»	Учить переходить с ходьбы на бег и обратно по сигналу; упражнять в ходьбе в колонне по одному, в сохранении устойчивого равновесия, в ходьбе и беге по уменьшенной площади, в мягком приземлении при прыжках, в подлезании под верёвку, в прокатывании мяча друг другу; развивать силу и глазомер; закреплять умение ловить и бросать мяч; учить подбрасывать мяч невысоко вверх и ловить его. Подвижная игра «Еж с ежатами»
11	«Все мы делаем вместе»	Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную, используя всю площадь зала, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в подлезании на четвереньках под дугу; учить ходить змейкой, прыгать в обруч, бросать и ловить мяч, отбивать мяч от пола; закреплять умение бросать

		мяч двумя руками из-за головы вдаль Подвижная игра «Лягушки»
12	«Одежда. Обувь»	Упражнять в ходьбе и беге по кругу друг за другом, врассыпную, используя всю площадь зала, в ходьбе по уменьшенной площади опоры, в подлезании на четвереньках под дугу; учить ходить змейкой, прыгать в обруч, бросать и ловить мяч, отбивать мяч от пола; закреплять умение бросать мяч двумя руками из-за головы вдаль Подвижная игра «Догони мяч!»
13	«Рыбы много в речке есть, нам с тобой ее не счесть…»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; закреплять умения ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость и глазомер. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»
14	«Домашние птицы»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, используя всю площадь зала, с остановкой по сигналу, в прокатывании мяча; закреплять умения ходить змейкой, прыгать с небольшой высоты; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по доске; развивать ловкость и глазомер. Подвижная игра «Воробышки и кот»
15	«Северные гости клюют рябины грозди»	Учить построению парами и ходьбе в парах, пролезать в обруч на четвереньках. Закреплять умение правильно координировать движения рук и ног, метать. Упражнения в сохранении равновесия при ходьбе по доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Подвижная игра «Кролики»
16	«Дед Мороз всех зовет встретить вместе Новый год…»	Учить построению парами и ходьбе в парах, пролезать в обруч на четвереньках. Закреплять умение правильно координировать движения рук и ног, метать. Упражнения в сохранении равновесия при ходьбе по доске, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Подвижная игра «Мороз Красный нос и Мороз Синий нос»
17	«Рождественская елочка»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в ходьбе парами, с высоким подниманием бедра, в метании, лазании. Закреплять умение детей прыгать в глубину. Учить правильно приземляться, перебрасывать мяч друг другу в парах. Подвижная игра «Найди свой цвет»
18	«Зимние развлечения»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в ходьбе парами, с высоким подниманием бедра, в метании, лазании. Закреплять умение детей прыгать в глубину. Учить правильно приземляться, перебрасывать мяч друг другу в парах. Подвижная игра «Снежки»
19	«Дикие животные зимой»	Учить ходить переменным шагом через шнуры; упражнять в прыжках из обруча в обруч, в прокатывании мяча между пред-метами, в подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость. Подвижная игра «Лохматый пес», «Медведь»
20	«Зимняя песенка»	Закреплять умения правильно координировать движения рук и ног, сохранять равновесие пи ходьбе по доске. Упражнять в мягком приземлении при прыжках с продвижением вперед, в отбивании мяча об пол, в прокатывании мяча друг другу, стоя

		на коленях, в подлезании под палку. Подвижная игра «Лягушки»
21	«Эмоции»	Закреплять умения правильно координировать движения рук и ног, сохранять равновесие пи ходьбе по доске. Упражнять в мягком приземлении при прыжках с продвижением вперед, в отбивании мяча об пол, в прокатывании мяча друг другу, стоя на коленях, в подлезании под палку. Подвижная игра «Санная путаница»
22	«Мы едем-едем-едем…»	Закреплять умение ходить с перешагиванием через набивные мячи. Упражнять в прокатывании мяча по скамейке, в ползании на четвереньках. Подвижная игра «Воробушки и кот»
23	«Ай да папы!»	Закреплять умение ходить с перешагиванием через набивные мячи. Упражнять в прокатывании мяча по скамейке, в ползании на четвереньках. Подвижная игра «Цветные автомобили»
24	«Ах, акая мама!»	Учить ходить по шнуру, прыгать в длину с места, отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками, после удара об стену, лазать по наклонной лесенке; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную. Подвижная игра «Кот и мышки»
25	«Если б не было посуды, нам пришлось бы очень худо…»	Учить ходить по шнуру, прыгать в длину с места, отбивать мяч о пол и ловить его двумя руками, после удара об стену, лазать по наклонной лесенке; упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную. Подвижная игра «Кот и мышки»
26	«Посуда. Бытовые приборы»	Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в прыжках в длину с места, в лазании по наклонной лестнице, в прокатывании и сбивании мячом кегли; учить ходить по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Подвижная игра «Поймай комара»
27	«Книжки-малышки»	Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в прыжках в длину с места, в лазании по наклонной лестнице, в прокатывании и сбивании мячом кегли; учить ходить по шнуру, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Подвижная игра «Поймай комара»
28	«Что я знаю о себе»	Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках, в метании, в лазании по наклонной лестнице; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Найди свой домик»
29	«Земля, воздух, вода»	Упражнять в ходьбе и беге, в прыжках, в метании, в лазании по наклонной лестнице; учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке. Подвижная игра «Сидячий футбол»
30	«Труд. Весенняя песенка»	Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу, врассыпную, в ползании по скамейке на четвереньках; закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его, отбивать мяч о пол, мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; учить перебрасывать мяч через верёвку.

		Подвижная игра «Кто быстрей займет домик»
31	«Букашки – таракашки»	Упражнять в ходьбе и беге друг за другом по кругу, врассыпную, в ползании по скамейке на четвереньках; закреплять умения бросать мяч вверх и ловить его, отбивать мяч о пол, мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; учить перебрасывать мяч через верёвку. Подвижная игра «Журавли и лягушки»
32	«Мальчики и девочки»	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур; учить ходить и бегать со сменой ведущего; закреплять умения энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди. Подвижная игра «Добежать до флажка»
33	«Мама, папа, я»	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур; учить ходить и бегать со сменой ведущего; закреплять умения энергично катать мяч по полу, не отрывая от него рук, бросать мяч от груди. Подвижная игра «Перебрось мяч»
34	«Дождик, дождик, кап-кап-кап!»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, в прыжках через скакалку, в подбрасывании мяча вверх. Подвижная игра «Прокати мячик к своему флажку»
35	«Мир вокруг»	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную с нахождением своего места, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре, в прыжках через скакалку, в подбрасывании мяча вверх. Подвижная игра «Угощаю арбузом»
36	«Здравствуй, лето красное!»	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонному бревну, в ползании на четвереньках, бросать мяч одной рукой вперёд от плеча; упражнять в прыжках в высоту. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
37	«Радуга-дуга»	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонному бревну, в ползании на четвереньках, бросать мяч одной рукой вперёд от плеча; упражнять в прыжках в высоту. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
38	«Мы по ягоду пойдем, земляничку найдем…»	Упражнять в ходьбе и беге парами с перестроением в колонну по одному, в ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики, в прыжках на двух ногах вокруг предмета, в подлезании под шнур; учить ходить и бегать со сменой ведущего; развивать глазомер и ловкость. Подвижная игра «Догони мяч»

Тематическое планирование
(4-5 лет)

№ недели	Тема ОД	Цель
1-2	«Здравствуй, детский сад!»	Упражнять в равновесии при выполнении прыжков в высоту до предмета, в лазании, в бросании мяча вдаль двумя руками из-за головы, от груди, из разных положений; закреплять умения

		метать вдаль правой и левой рукой от плеча, катать обруч между предметами. Подвижная игра «Домашние птицы», «Спрячься за матрёшку»
3	«Мы снова вместе. Веселые игрушки»	Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его, в отбивании мяча об пол и ловле его двумя руками, в равновесии, в прыжках в длину с места, в подлезании под шнур. Закреплять умения бросать мяч из-за головы и ловить его в парах. Подвижная игра «Солнышко и дождик»
4	«Осень-запасиха»	Упражнять в подбрасывании мяча вверх и ловле его, в отбивании мяча об пол и ловле его двумя руками, в равновесии, в прыжках в длину с места, в подлезании под шнур. Закреплять умения бросать мяч из-за головы и ловить его в парах. Подвижная игра «Сбор урожая»
5	«Домашние животные осенью»	Упражнять в равновесии, в прыжках в высоту, в прыжках из обруча в обруч, в катании мяча перед собой двумя руками по полу. Закреплять умение прокатывать мяч между двумя линиями, подлезать под веревку, не касаясь руками пола. Учить перебрасывать мяч друг другу по кругу из-за головы, бросать мяч от головы через сетку. Подвижная игра «Лягушки»
6	«Улетают – улетели…»	Упражнять в равновесии, в прыжках в высоту, в прыжках из обруча в обруч, в катании мяча перед собой двумя руками по полу. Закреплять умение прокатывать мяч между двумя линиями, подлезать под веревку, не касаясь руками пола. Учить перебрасывать мяч друг другу по кругу из-за головы, бросать мяч от головы через сетку. Подвижная игра «Скворушки»
7	«Чудо-дерево»	Учить отбивать мяч о пол одной рукой, бросать из-за головы через сетку; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперёд через верёвку. Подвижная игра «Найди свое дерево»
8	«Улетай, наше лето»	Учить отбивать мяч о пол одной рукой, бросать из-за головы через сетку; упражнять в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице, в прыжках боком с продвижением вперёд через верёвку. Подвижная игра «Сторож и зайцы»
9	«Наш район красивый очень»	Упражнять в равновесии, лазании по гимнастической лестнице; закреплять умения спрыгивать с высоты 20-25 см, прыгать в высоту до предмета, катать мяч друг другу, лазать по гимнастической лестнице; развивать мелкие мышцы рук. Подвижная игра «Найди свое дерево»
10	«Мебель»	Упражнять в равновесии, лазании по гимнастической лестнице; закреплять умения спрыгивать с высоты 20-25 см, прыгать в высоту до предмета, катать мяч друг другу, лазать по гимнастической лестнице; развивать мелкие мышцы рук. Подвижная игра «Кто быстрее дотронется до стула»
11	«Наши добрые дела»	Учить бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы в баскетбольное кольцо, ползать на животе по полу; упражнять в мягком приземлении при спрыгивании с кубов, в перешагивании с предмета на предмет, в ходьбе по наклонной

		доске. Подвижная игра «Золушка»
12	«Одежда. Обувь»	Учить бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы в баскетбольное кольцо, ползать на животе по полу; упражнять в мягком приземлении при спрыгивании с кубов, в перешагивании с предмета на предмет, в ходьбе по наклонной доске. Подвижная игра «Мотылек»
13	«Шустрых рыбок рой пляшет под водой»	Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе; закреплять умения бросать мяч из-за головы через сетку, скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет. Подвижная игра «Мы веселые ребята»
14	«Домашние птицы и их детеныши»	Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в ползании по скамейке на животе; закреплять умения бросать мяч из-за головы через сетку, скатывать мяч по наклонной доске с попаданием в предмет. Подвижная игра «Домашние птицы»
15	«Снежные птицы»	Упражнять в равновесии, в прыжках, в метании, в ползании на четвереньках. Развивать координацию движений, мелкие мышцы руки. Подвижная игра «Веселые снегири»
16	«Новогодняя песенка»	Упражнять в равновесии, в прыжках, в метании, в ползании на четвереньках. Развивать координацию движений, мелкие мышцы руки. Подвижная игра «Снежинки и ветер»
17-18	«Рождественская елочка»	Упражнять в равновесии. Закреплять умения прыгать на двух ногах через предметы, спрыгивать со скамейки, ползать по наклонной доске (вверх, вниз), на четвереньках, отбивать мяч одной рукой о пол, метать в горизонтальную цель правой и левой рукой. Подвижная игра «Вьюга», «Катание на елках»
19	«А мы саночки возьмем и на улицу пойдем…»	Упражнять в метании, в равновесии, в прыжках через обручи, в прыжках со скамейки, в подлезании под верёвкой прямо и боком. Подвижная игра «Верхом на санках»
20	«Дикие животные зимой»	Упражнять в метании, в равновесии, в прыжках через обручи, в прыжках со скамейки, в подлезании под верёвкой прямо и боком. Подвижная игра «Цветные автомобили»
21	«Здравствуй, зимушка – зима!»	Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в прыжках в высоту, в спрыгивании с высоты, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в отбивании о пол правой и левой рукой и ловле после отскока, в пролезании в обруч прямо и боком, в скатывании мяча по наклонной доске с попаданием в предмет. Закреплять умение выполнять основные виды движения в быстром темпе. Учить катать мяч двумя руками. Подвижная игра «Метелица»
22	«Эмоции»	Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места, в прыжках в высоту, в спрыгивании с высоты, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в отбивании о пол правой

		и левой рукой и ловле после отскока, в пролезании в обруч прямо и боком, в скатывании мяча по наклонной доске с попаданием в предмет. Закреплять умение выполнять основные виды движения в быстром темпе. Учить катать мяч двумя руками. Подвижная игра «Ловишка с лентой»
23	«Мы поедем, мы помчимся…»	Развивать координацию движения. Упражнять в равновесии, в прыжках со скамейки, в ползании на четвереньках по скамейке, в подбрасывании мяча вверх и ловле двумя руками, в ударениях о пол и ловле после отскока. Закреплять умение перебрасывать мяч двумя руками через препятствия. Подвижная игра «Грузовик»
24	«Мой папа – самый лучший!»	Развивать координацию движения. Упражнять в равновесии, в прыжках со скамейки, в ползании на четвереньках по скамейке, в подбрасывании мяча вверх и ловле двумя руками, в ударениях о пол и ловле после отскока. Закреплять умение перебрасывать мяч двумя руками через препятствия. Подвижная игра «Салют»
25	«Мамин день»	Упражнять в равновесии, в прыжках из обруча в обруч, в лазании по лестнице, в катании обруча между предметами. Закреплять умения лазать по лестнице приставным и чередующимся шагом, пролезать прямо и боком в обруч. Подвижная игра «Грачи и автомобиль»
26	«К счастью, помогает всюду нам различная посуда»	Упражнять в равновесии, в прыжках из обруча в обруч, в лазании по лестнице, в катании обруча между предметами. Закреплять умения лазать по лестнице приставным и чередующимся шагом, пролезать прямо и боком в обруч. Подвижная игра «Быстрый конь»
27	«Бытовые приборы»	Упражнять в беге змейкой между предметами, в равновесии, в метании; закреплять умение прыгать в длину с места. Подвижная игра «Чайник»
28	«Испокон века книга растит человека»	Упражнять в беге змейкой между предметами, в равновесии, в метании; закреплять умение прыгать в длину с места. Подвижная игра «Перебрось мяч»
29	«Мое здоровье»	Закреплять умения выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко, метать, лазать. Учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места. Подвижная игра «Цыплята на полянке»
30	«Земля и Солнце»	Закреплять умения выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко, метать, лазать. Учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой. Упражнять в равновесии, в прыжках в длину с места. Подвижная игра «Земля, вода, воздух, огонь»
31	«Труд»	Учить играм с элементами соревнования. Закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо из-за головы, от груди; упражнять в лазании по гимнастической стенке, в прыжках в длину с места, через веревку боком, в пролезание прямо и боком в обруч. Подвижная игра «Перебрось мяч»
32	«Здравствуй,	Учить играм с элементами соревнования. Закреплять умение

	матушка Весна!»	бросать мяч в баскетбольное кольцо из-за головы, от груди; упражнять в лазании по гимнастической стенке, в прыжках в длину с места, через веревку боком, в пролезание прямо и боком в обруч. Подвижная игра «Выложи солнышко»
33	«Мама, папа я – спортивная семья»	Учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, играть в игры с элементами соревнования, лазать по гимнастической стенке и переходить с одного пролета на другой; закреплять умение выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко; упражнять в прыжках через веревку боком. Подвижная игра «Салют»
34	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья…»	Учить выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, играть в игры с элементами соревнования, лазать по гимнастической стенке и переходить с одного пролета на другой; закреплять умение выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко; упражнять в прыжках через веревку боком. Подвижная игра «Бегемотик»
35	«Вот и радуга-дуга»	Развивать координацию движений. Упражнять в равновесии, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в ударениях об пол и ловле после отскока от пола, в метании мешочков в вертикальную цель, в равновесии, в прыжках в длину с места. Учить прыгать через короткую скакалку. Подвижная игра «Переправа»
36	«Раз дождинка, два – дождинка»	Развивать координацию движений. Упражнять в равновесии, в подбрасывании мяча вверх и ловле его двумя руками, в ударениях об пол и ловле после отскока от пола, в метании мешочков в вертикальную цель, в равновесии, в прыжках в длину с места. Учить прыгать через короткую скакалку. Подвижная игра «Переправа»
37	«Разноцветная поляна»	Закреплять умение выполнять основные виды движений, лазать по лестнице, гимнастической стенке с переходом на другой пролет. Развивать координацию движений, ориентацию в пространстве. Упражнять в перебрасывании мяча двумя и одной руками из-за головы через препятствия. Подвижная игра «Ловишки с ленточкой»
38	«Бабочек прекрасный хоровод»	Закреплять умение выполнять основные виды движений, лазать по лестнице, гимнастической стенке с переходом на другой пролет. Развивать координацию движений, ориентацию в пространстве. Упражнять в перебрасывании мяча двумя и одной руками из-за головы через препятствия. Подвижная игра «Ловишки с ленточкой»

Тематическое планирование
(5-6 лет)

№ недели	Тема ОД	Цель
1-2	«Здравствуй, детский сад»	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу инструктора, в равновесии, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладонях и коленях.

		Учить прыгать по кругу с мячом, зажатым между колен. Развивать глазомер. Подвижная игра «Удочка»
3	«Волшебная страна»	Упражнять в ходьбе, в беге, в пролезании в обруч боком, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений. Подвижная игра «Быстро возьми»
4	«Кто не ленится, тот урожаем гордится»	Упражнять в ходьбе, в беге, в пролезании в обруч боком, в равновесии, в прыжках с продвижением вперед. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений. Подвижная игра «Отнесем овощи в погреб»
5	«Домашние животные и их детеныши»	Развивать точность движений. Упражнять в равновесии, в лазании, в прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком. Закреплять умение владеть мячом. Подвижная игра «Птицы в клетке»
6	«У каждой пташки свои замашки»	Развивать точность движений. Упражнять в равновесии, в лазании, в прыжках, в подлезании под дугу прямо и боком. Закреплять умение владеть мячом. Подвижная игра «Птицы в клетке»
7	«Чудо-дерево»	Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в прыжках, в ползании по скамейке на животе; развивать ловкость и координацию движений, глазомер. Подвижная игра «Гуси-лебеди»
8	«Осенний калейдоскоп»	Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в прыжках, в ползании по скамейке на животе; развивать ловкость и координацию движений, глазомер. Подвижная игра «Шишки, желуди, каштаны»
9	«Мой город по-особому мне дорог»	Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону, в равновесии, в прыжках. Закреплять умения ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, перебрасывать мяч друг другу разными способами. Подвижная игра «Кто быстрее добежит до флажкам»
10	«Мебель»	Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону, в равновесии, в прыжках. Закреплять умения ползать по гимнастической скамейке на четвереньках, перебрасывать мяч друг другу разными способами. Подвижная игра «Кто быстрее добежит до флажкам»
11	«Мы учимся культуре поведения»	Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение прыгать через шнур; научить детей называть друг друга ласковыми именами; формировать доброжелательное отношение друг к другу, расширять словарь. Подвижная игра «Не оставайся на полу»
12	«Одежда. Обувь»	Упражнять в ходьбе и беге змейкой, в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение прыгать через шнур; научить детей называть друг друга ласковыми именами; формировать доброжелательное отношение друг к другу, расширять словарь. Подвижная игра «Кот в сапогах»
13	«В тихой зыби много рыбы»	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определённой дистанции друг от друга, в равновесии, в

		прыжках, в метании, в лазании. Подвижная игра «Поймай рыбку»
14	«Тут она, взмахнув крылами, полетела над волнами»	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с сохранением определённой дистанции друг от друга, в равновесии, в прыжках, в метании, в лазании. Подвижная игра «Охотники и зайцы»
15	«Снежные птицы»	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах с зажатым между ног мячом, формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге о наклонной доске; развивать ловкость и глазомер. Подвижная игра «Синицы и кот»
16	«Новогодняя сказка»	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах с зажатым между ног мячом, формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге о наклонной доске; развивать ловкость и глазомер. Подвижная игра «Мороз Красный Нос»
17-18	«Сказка Рождества»	Закреплять умения перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы; развивать равновесие. Подвижная игра «Не оставайся на полу», «Снежная королева»
19	«Мороз не велик, да стоять не велит»	Упражнять в пролезании в обруч, в равновесии, в прыжках, в метании; учить лазать по гимнастической стенке, переходить с пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали. Подвижная игра «Веселый хоккей»
20	«Дикие животные зимой»	Упражнять в пролезании в обруч, в равновесии, в прыжках, в метании; учить лазать по гимнастической стенке, переходить с пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали. Подвижная игра «Совушка»
21	«Госпожа Метелица…»	Учить метать мешочки в горизонтальную цель; закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперёд. Подвижная игра «С льдинки на льдинку»
22	«Валентинкин» день»	Учить метать мешочки в горизонтальную цель; закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; упражнять в прыжках с ноги на ногу с продвижением вперёд. Подвижная игра «Мышеловка»
23-24	«Лучше папы друга нет»	Закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; учить лазать по веревочной лестнице; упражнять в сохранении равновесия, в прыжках из обруча в обруч, в забрасывании мяча в баскетбольное кольцо; развивать ловкость, глазомер. Подвижная игра «Горелки», «Шаги»
25	«Мамин день»	Упражнять в ходьбе, в колоне по одному с перестроением в пары и обратно, в подлезании од шнур правым и левым боком, в равновесии, в прыжках через короткий шнур; закреплять умение метать в горизонтальную цель, перекатывать набивной мяч в парах. Подвижная игра «Удочка»

26	«Сохраняют в ней продукты – сыр и масло, хлеб и фрукты…»	Упражнять в ходьбе, в колоне по одному с перестроением в пары и обратно, в подлезании од шнур правым и левым боком, в равновесии, в прыжках через короткий шнур; закреплять умение метать в горизонтальную цель, перекатывать набивной мяч в парах. Подвижная игра «Удочка»
27-28	«Мама, папа, я – здоровая семья!»	Упражнять в ходьбе колонной по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в равновесии, в ходьбе по канату с мешочком на голове, в прыжках в высоту с разбега, в подлезании под дугу; развивать ловкость и глазомер. Подвижная игра «Карусель», «Верхом на лошадке»
29-30	«Мама, папа, я – спортивная семья!»	Упражнять в ходьбе и беге, прыжках и метании; закреплять умение сохранять устойчивое равновесие. Подвижная игра «Медведь», «Сороконожка»
31-32	«Весна, Весна, красная! Приди, Весна, с радостью!»	Упражнять в ходьбе и беге с чередованием в бросании мяча через сетку, в перепрыгивании через шнур, в ползании по скамейке на животе; учить лазать по металлической поверхности; закреплять умение лазать по веревочной лестнице. Подвижная игра «Кто быстрее добежит до флажка», «Мячик кверху»
33	«Праздник радости и счастья»	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в непрерывном беге между пред-метами (до 2 минут), в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, в перебрасывании набивного мяча друг другу, в забрасывании мяча в кольцо. Подвижная игра «Пожарные на учении»
34	«Раскрывая семейный альбом»	Упражнять в ходьбе и беге парами с разворотом в противоположную сторону, в непрерывном беге между пред-метами (до 2 минут), в подлезании под шнур, в перепрыгивании через шнур, в перебрасывании набивного мяча друг другу, в забрасывании мяча в кольцо. Подвижная игра «Пронес - не урони!»
35-36	«Скоро лето»	Учить бегать на скорость, прыгать через скакалку; отрабатывать навыки метания мешочков в обруч; упражнять в подлезании под дугу. Подвижная игра «Бездомный заяц»
37	«Разноцветной радуге радуемся мы»	Упражнять в непрерывном беге (до 2 мин), в прыжках через короткую скакалку; учить сохранять устойчивое равновесие, лазать по гимнастической стенке с переходом на другой пролет; закреплять умение владеть мячом. Подвижная игра «Карусель»
38	«Солнечный дождь»	Упражнять в непрерывном беге (до 2 мин), в прыжках через короткую скакалку; учить сохранять устойчивое равновесие, лазать по гимнастической стенке с переходом на другой пролет; закреплять умение владеть мячом. Подвижная игра «Карусель»

Тематическое планирование
(6-7 лет)

№ недели	Тема ОД	Цель
1-2	«Здравствуй, детский сад»	Упражнять в ходьбе, в беге колонной по одному с соблюдением дистанции, с чётким фиксированием поворотов, по кругу с остановкой по сигналу, в сохранении равновесия, в прыжках, в метании, в лазании, в разнообразных действиях с обручем, в различных способах выполнения хвата обруча; закреплять основные виды движений; развивать координацию движений, ловкость; учить соблюдать правила игр. Подвижная игра «Возьми платочек»
3	«Планета детства»	Упражнять в разных видах ходьбы, бега, в катании в парах набивного мяча, в бросании мяча от груди, снизу, назад через голову в парах; закреплять устойчивое равновесие, умение группироваться в прыжках, выполнять упражнения со средним мячом; развивать ловкость движений с предметами, быстроту реакции, выносливость, ориентирование в пространстве, внимание; укреплять мелкие мышцы рук. Подвижная игра «Коснись мяча»
4	«Каков уход, таков и плод»	Упражнять в разных видах ходьбы, бега, в катании в парах набивного мяча, в бросании мяча от груди, снизу, назад через голову в парах; закреплять устойчивое равновесие, умение группироваться в прыжках, выполнять упражнения со средним мячом; развивать ловкость движений с предметами, быстроту реакции, выносливость, ориентирование в пространстве, внимание; укреплять мелкие мышцы рук. Подвижная игра «Зайцы в огороде»
5	«Содержание домашних животных»	Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через канат, ритмично влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, бросать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками после ведения мяча, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений; развивать координацию движений. Подвижная игра «Мяч капитану»
6	«Птицы»	Упражнять в равновесии; закреплять умения группироваться в прыжках через канат, ритмично влезать на гимнастическую стенку и спускаться с нее, бросать мяч в баскетбольное кольцо одной и двумя руками после ведения мяча, уверенно выполнять разнообразные упражнения с мячом; основные виды движений, добиваясь точного, выразительного, энергичного выполнения всех видов движений; развивать координацию движений. Подвижная игра «Веселые собачки»
7-8	«Краски осени»	Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, основные виды движений осознанно, быстро и ловко, выполнять упражнения с гимнастической палкой; учить преодолевать двигательные трудности, правильно применять разнообразные хваты в упражнениях с гимнастической палкой; развивать ловкость, координацию движений, внимание, быстроту реакции; укреплять мышцы кистей рук.

		Подвижная игра «Переброс мяч», «Ловишка – ежик»
9	«Край родной, навек любимый»	Упражнять в равновесии, в прыжках, в лазании по канату, в метании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп. Подвижная игра «Цапля»
10	«Мебель»	Упражнять в равновесии, в прыжках, в лазании по канату, в метании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе; развивать координацию движений, быстроту реакции, силу, ловкость, ориентировку в пространстве; укреплять мышцы стоп. Подвижная игра «Прокати мяч в тоннеле»
11	«Права человека»	Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; Закрепить умение ориентироваться в пространстве. Подвижная игра «Передай мяч назад»
12	«Одежда. Обувь»	Развивать физические и волевые качества, мышечную силу, ловкость, быстроту движений, умение выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, упражнения на возвышенной опоре; на сохранение равновесия; Закрепить умение ориентироваться в пространстве. Подвижная игра «Варежка»
13	«Рыбки по волнам несутся, на морских лугах пасутся»	Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии. Подвижная игра «Хоккеист»
14	«Содержание домашних птиц и уход за ними»	Развивать координацию движений, глазомер, быстроту реакции, ловкость, силу, ориентировку в пространстве, двигательные навыки в прыжках, в ползании змейкой; упражнять в равновесии. Подвижная игра «Уточка»
15	«Снежные птицы»	Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах через волейбольную сетку, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии, в прыжках на одной ноге через обруч; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе. Подвижная игра «Салки»
16	«Новогодний карнавал»	Развивать глазомер, умение бросать мяч друг другу в парах через волейбольную сетку, ловкость, силу, быстроту реакции, умение владеть телом и управлять движениями на ограниченной площади; упражнять в равновесии, в прыжках на одной ноге через обруч; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе. Подвижная игра «Цветные льдинки»
17-18	«Коляда, коляда, отворяй ворота…»	Учить прыгать через короткую скакалку, правильно держать скакалку за её концы, вращать скакалку; упражнять в

		равновесии; отрабатывать навыки метания, лазания; помочь в преодолении двигательных трудностей. Подвижные игра «Подвижная цель», «Лыжные гонки»
19-20	«Зимние игры и забавы»	Учить прыгать на батуте; познакомить с упражнением «уголок на гимнастической лестнице»; упражнять в равновесии, в метании, в лазании; закреплять умение выполнять основные виды движений в быстром темпе, развивать ловкость движений, силу, быстроту реакции. Подвижная игра «Мяч соседу!», «Медведь»
21	«Это наша русская зима!»	Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать в высоту, вести мяч, лазать по канату; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук. Подвижная игра « Поезд»
22	«День святого Валентина»	Упражнять в равновесии; закреплять умения выполнять основные виды движений в быстром темпе, прыгать в высоту, вести мяч, лазать по канату; развивать зрительное восприятие, устойчивость созданных конструкций из кубиков, ориентировку в пространстве; укреплять мелкие мышцы рук. Подвижная игра «Снежная королева»
23	«Тише едешь – дальше будешь»	Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения с гимнастической палкой; укреплять мышцы кистей рук, стоп; закреплять умение правильно выполнять разнообразные хваты в упражнениях с гимнастической палкой; учить прыгать через длинную скакалку с места; развивать двигательные навыки в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать ее в соревнованиях. Подвижная игра «Тише едешь – дальше будешь»
24	«Наша Армия»	Активизировать двигательную деятельность через игровые упражнения с гимнастической палкой; укреплять мышцы кистей рук, стоп; закреплять умение правильно выполнять разнообразные хваты в упражнениях с гимнастической палкой; учить прыгать через длинную скакалку с места; развивать двигательные навыки в равновесии, в лазании по гимнастической лестнице; воспитывать волевые качества, умение ставить цель и достигать ее в соревнованиях. Подвижная игра «Дружба»
25	«День мам»	Учить прыгать через большой обруч, бороться за достижение своей цели; упражнять в равновесии, в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, в прыжке, вести мяч; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу. Подвижная игра «Кем мы будем мы не скажем, а вот действие покажем»
26	«В ней готовят сотни блюд – варят, жарят и пекут…»	Учить прыгать через большой обруч, бороться за достижение своей цели; упражнять в равновесии, в лазании; закреплять умение бросать мяч в баскетбольное кольцо с места, в прыжке, вести мяч; развивать координацию движений, ловкость, быстроту, силу. Подвижная игра «Кем мы будем мы не скажем, а вот действие

		покажем»
27	«Бытовые приборы»	Упражнять в прыжках, в метании, в равновесии, в лазании по канату; учить прыгать через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координацию и ловкость. Подвижная игра «Прокати мяч по скамейке»
28	«Книга поможет в труде, выручит в беде»	Упражнять в прыжках, в метании, в равновесии, в лазании по канату; учить прыгать через скамейку, соблюдать правила игры; развивать координацию и ловкость. Подвижная игра «Невод и золотые рыбки»
29	«В здоровом теле – здоровый дух»	Закреплять умение выразительно, осознанно, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в лазании по канату, в прыжках через скакалку на двух ногах, в метании. Подвижная игра «Баба Яга»
30	«На космических просторах»	Закреплять умение выразительно, осознанно, быстро и ловко выполнять основные виды движений; упражнять в лазании по канату, в прыжках через скакалку на двух ногах, в метании. Подвижная игра «Ловишки со скакалкой»
31	«Пасха»	Закреплять умение бросать мяч через волейбольную сетку в парах, прыгать через короткую скакалку, лазать по канату, развивать мышцы рук; упражнять в равновесии, в лазании. Подвижная игра «Горелки»
32	«Говорят, пришла весна!»	Закреплять умение бросать мяч через волейбольную сетку в парах, прыгать через короткую скакалку, лазать по канату, развивать мышцы рук; упражнять в равновесии, в лазании. Подвижная игра «Вышибалы»
33-34	«Семейные ценности»	Упражнять в равновесии, в лазании по верёвочной лестнице; учить прыгать с разбега; закреплять умение метать вдаль. Подвижная игра «Меткие стрелки», «Всей семьей на день рожденья»
35-36	«Скоро лето»	Закреплять умения выполнять выразительные движения в соответствии с музыкой, прыгать на батуте, вести мяч, технику бросков; упражнять в равновесии, в лазании по канату; развивать координацию, ловкость. Подвижные игры «Брось и поймай», Веселые пчелы»
37	«Лето, ах, лето!»	Упражнять в равновесии, в быстром лазании по гимнастической стенке до самого верха и спуске с нее, в прыжках в высоту с разбега; развивать глазомер, ловкость, быстроту, выносливость. Подвижная игра «Мяч о стену»
38	«Разноцветная поляна»	Упражнять в равновесии, в быстром лазании по гимнастической стенке до самого верха и спуске с нее, в прыжках в высоту с разбега; развивать глазомер, ловкость, быстроту, выносливость. Подвижная игра «Мяч о стену»

4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

4.1. Специализированные учебные помещения и участки

№ п/п	Наименование и принадлежность помещения	Площадь (кв.м.)	Количество мест
1.	Спортивный зал	45	15
2.	Спортивная площадка	300	60
3.	Спортивная площадка	50	25
4.	Площадка «Футбол»	60	10
5.	Спортивные уголки на группах	6х1	30

4.2. Методическое обеспечение

Автор	Название	Издание
Т.И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др.	Комплексная образовательная программа дошкольного образования «ДЕТСТВО»	Санкт-Петербург: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019. - 352 с.
Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г., Крулехт М.В. и др.	«Мониторинг в детском саду. Научно-методическое пособие»	Санкт-Петербург, «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014
И.М. Сучкова, Е.А. Мартынова	Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-4 лет по программе «Детство».	Волгоград: «Учитель», 2016 г. – 199 стр.
И.М. Сучкова, Е.А. Мартынова	Физическое развитие. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 4-7 лет по программе «Детство».	Волгоград: «Учитель», 2016 г. – 199 стр.
Н. А. Карпухина	Конспекты занятий в ясельной группе детского сада. Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ.	Воронеж: ИП Лакоценин С. С., 2010 - 208 с.
Дополнительная литература		
Т.Г. Анисимова	Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников.	Волгоград: «Учитель», 2008 г. – 146 стр.
М.Ю. Картушина	Зеленый огонек здоровья.	Москва: «ТЦ Сфера», 2007. – 208 стр.
А.В. Кенеман	Детские народные подвижные игры.	Москва: «Просвещение», 1988, - 224 стр.
Н.П. Недовесова	Профилактика и коррекция плоскостопия у детей.	Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2014. – 96 стр.
Н.И. Николаева	Школа мяча.	Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2008. – 96 стр.
Е.И. Подольская	Необычные физкультурные занятия для дошкольников.	Волгоград: «Учитель», 2008 г. – 167 стр.
Е.И. Подольская	Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет.	Волгоград: «Учитель», 2010 г. – 199 стр.
Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина	СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей.	Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2000. – 352 стр.
Г.А. Хацкалева	Организация двигательной	Санкт-Петербург, «Детство-

	активности дошкольников с использованием логоритмики.	пресс», 2013. – 128 стр.

4.3. Средства обучения

Наглядно-демонстрационный материал
1. *Дидактический материал:* - «Зимние виды спорта», - «Летние виды спорта» 2. *Картотека предметных картинок* «Спортивный инвентарь» • *Наглядно-дидактическое пособие* «Рассказы по картинкам: Летние виды спорта»; • Плакат «Правила личной гигиены», «Правила безопасности при коронавирусе» 3. *Дидактические карточки* «Азбука здоровья» 4. *Дидактические игры:* Развивающая игра – лото «Как расти здоровым»

4.3.1.Спортивное оборудование (корпус 1)

№	Наименование	Количество штук
1	Балансиры разного типа	1
2	Веревка длинная	1
3	Веревки короткие	30
4	Гантели (легкие)	26
5	Гимнастические палки (деревянные)	20
6	Гимнастические палки (пластмассовые)	20
7	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы для эстафет в помещении	2
8	Горка	1
9	Дорожки корригирующие	1
10	Доска гладкая с зацепами	
11	Доска наклонная	
12	Доска с ребристой поверхностью	1
13	Дуга большая	1
14	Дуга малая	1
15	Канат для перетягивания	2
16	Коврик массажный	2
17	Кольцеброс настольный	2
18	Кольцо плоское (большое)	9
19	Кольцо плоское (среднее)	7
20	Кольца от кольцеброса	22
21	Комплект детских тренажеров: бегущий по волнам, наездник, пресс, растяжка	1
22	Корзины большие	2
23	Корзины средние	2
24	Клюшки	6
25	Куб деревянный маленький	2
26	Куб мягкий	2
27	Кубики пластмассовые	50
28	Лента короткая на кольцах	54
29	Лента короткая на палке	6
30	Лента длинная на палке	7
31	Лыжи	3 пары
32	Мат гимнастический	2

33	Мат с разметками	2
34	Мат маленький	10
35	Мешочки с песком (200г)	20
36	Мешочки с песком (400г)	3
37	Модули мягкие	6
38	Мяч баскетбольный	3
39	Мяч утяжеленный (набивной)	4
40	Мяч футбольный	2
41	Мячи малого размера (резина)	16
42	Мячи среднего размера (резина)	16
43	Мячи большого размера (резина)	16
44	Мячи массажные	10
45	Мягкие мячи	2
46	Мягкая змейка	1
47	Набор разноцветных кеглей с мячом	2
48	Настенная лесенка (шведская стенка)	1
49	Обруч (малого диаметра)	18
50	Обруч (среднего диаметра)	16
51	Обруч (металлический)	3
52	Палки короткие	50
53	Портативное табло	
54	Прыгающий мяч с ручками	5
55	Прыгающие мячи без ручек	3
56	Парашют	2
57	Пляжные мячи	6
58	Теннисные наборы	2
59	Ракетки для большого тенниса	3
60	Рогатки	7
61	Секундомер механический	1
62	Сетка волейбольная	1
63	Скакалки	16
64	Скамейки гимнастические	3
65	Стенка гимнастическая деревянная	1
66	Стойка баскетбольная	1
67	Султанчики для упражнений	10
68	Сухой бассейн	1
69	Теннисные мячики	10
70	Туннель	3
71	Флажки большие	20
72	Флажки маленькие цветные	12
73	Флажки с символом России	14
74	Щиты баскетбольные	2
75	Ходули	2
76	Эспандеры	8

Спортивное оборудование (корпус 2)

№	Наименование	Количество штук
1	Балансиры разного типа	1
2	Бревно гимнастическое напольное	2
3	Веревка длинная	1
4	Гантели (легкие)	18
5	Гимнастические палки (деревянные маленькие)	24
6	Гимнастические палки (пластмассовые)	3
7	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы для эстафет в помещении	1
8	Дорожки корригирующие	1
9	Доска гладкая	1
10	Доска с ребристой поверхностью	2
11	Дуга малая	1
12	Коврик массажный	
13	Кочки массажные	4
14	Кольцеброс настольный	
15	Комплект детских тренажеров: бегущий по волнам, наездник, пресс, растяжка, батут	1
16	Кубики пластмассовые	20
17	Лента короткая	20
18	Лестницы-пирамиды	2
19	Мат гимнастический складной	1
20	Методический материал (книги)	10
21	Мешочки с песком (200г)	6
22	Модули мягкие	4
23	Модуль плоские цветные	10
24	Мяч баскетбольный	1
25	Мячи малого размера (резина)	24
26	Мячи среднего размера (резина)	2
27	Мячи большого размера (резина)	2
28	Мячи массажные	3
29	Мягкие мячи	9
30	Мягкая змейка	1
31	Набор разноцветных кеглей с мячом	3
32	Настенная лесенка (шведская стенка)	1
33	Обруч (малого диаметра)	2
34	Прыгающий мяч с ручками	5
35	Пляжные мячи	
36	Скакалки	2
37	Скамейки гимнастические	1
38	Султанчики для упражнений	
39	Сухой бассейн	
40	Тренажеры взрослые	4
41	Туннель	
42	Щиты баскетбольные	
43		