

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 94  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
протокол от 31.08.2023 г. № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом заведующего  
ГБДОУ детского сада № 94  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
от 31.08.2023 г. № 220  
\_\_\_\_\_ Т.А. Дмитриева

**Рабочая программа**

инструктора по физической культуре Ивановой Наталии Анатольевны  
групп №1 (4-6), № 2,7 (6-7 лет), № 3, 4, 5, 8, 9 (5-7 лет)  
компенсирующей направленности для обучающихся  
с нарушениями слуха  
на 2023-2024 учебный год  
(срок реализации 1 год)

Санкт-Петербург  
2023 год

## ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ .....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цели и задачи рабочей программы .....	3
1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	4
1.4. Значимые характеристики для разработки рабочей программы. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей .....	5
1.5. Планируемые результаты освоения Программы обучающимися группы .....	10
1.6. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной области «Физическое развитие».....	12
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ .....	12
2.1. Содержание образовательной работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие» .....	12
2.2. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся.....	12
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ .....	13
3.1. Структура реализации образовательной деятельности .....	13
3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка обучающихся группы (занятия по физическому развитию) .....	13
3.3. Создание развивающей предметно-пространственной среды .....	14
3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности.....	14
Приложение 1.....	15
Приложение 2.....	16

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- действующими санитарными правилами в сфере дошкольного образования;
- Уставом и другими локальными актами ГБДОУ детского сада № 94 компенсирующего вида Невского района Санкт-Петербурга;  
**на основе** Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с нарушениями слуха) государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 94 компенсирующего вида Невского района Санкт-Петербурга.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, используются программы:

- «Формирование культуры безопасности у детей от 3 до 8 лет. Парциальная программа» /Л. Л. Тимофеева — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования для детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет  
 Срок реализации рабочей программы: 2023-2024 учебный год.

### 1.2. Цели и задачи рабочей программы

**Цель:** обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

#### **Задачи**

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни;
- овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами;

- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки;
- совершенствование психомоторики, общей и мелкой моторики;
- формирование навыков безопасного поведения;
- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;
- развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

*Задачи коррекционно-развивающей работы в образовательной области "Физическое развитие":*

- коррекция недостатков и развитие ручной моторики:
- нормализация мышечного тонуса пальцев и кистей рук;
- развитие техники тонких движений;
- коррекция недостатков и развитие артикуляционной моторики;
- коррекция недостатков и развитие психомоторных функций:
- пространственной организации движений;
- моторной памяти;
- слухо-зрительно-моторной и реципрокной координации движений; произвольной регуляции движений.

### **1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

1. Поддержка разнообразия детства.
2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.
3. Позитивная социализация ребенка.
4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и обучающихся.
5. Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
6. Сотрудничество Организации с семьей.
7. Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

***Специфические принципы и подходы к формированию Программы для обучающихся с нарушениями слуха:***

*Коррекционная направленность образовательного процесса с учетом психофизических особенностей и образовательных потребностей обучающихся с нарушениями слуха.*

*Индивидуализация дошкольного образования* глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся, обучающихся с КИ открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.

*Развивающее вариативное образование:* содержание образования предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и потенциальных возможностей ребенка.

*Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей:* всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие обучающихся посредством различных видов детской активности. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие глухих, слабослышащих и позднооглохших обучающихся тесно связано с двигательным, речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым. Содержание образования в каждой области тесно связано с другими областями.

*Установление партнерских отношений с родителями* (законными представителями) обучающихся по вопросам развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления их здоровья.

#### **1.4. Значимые характеристики для разработки рабочей программы. Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей**

##### ***Психофизиологические характеристики детей с нарушениями слуха***

Нарушение слуха (первичный дефект) приводит к недоразвитию речи (вторичный дефект) и к замедлению или специфичному развитию других функций, связанных с пострадавшей опосредованно (зрительное восприятие, мышление, внимание, память), что и тормозит психическое развитие в целом.

Психическое развитие детей, имеющих нарушения слуха, подчиняется тем же закономерностям, которые обнаруживаются в развитии нормально слышащих детей (Л.С. Выготский). Тем не менее, психическое развитие ребенка с нарушенным слухом происходит в особых условиях ограничения внешних воздействий и контактов с окружающим миром.

В результате этого психическая деятельность такого ребенка упрощается, реакции на внешние воздействия становятся менее сложными и разнообразными, формирующиеся межфункциональные взаимодействия изменяются:

- ассоциативные связи инертны, в результате возникает их патологическая фиксация (у детей с нарушенным слухом образы предметов и объектов зачастую представлены инертными стереотипами);
- иерархические связи оказываются недоразвитыми, нестойкими, при малейших затруднениях отмечается их регресс;
- компоненты психики у детей с нарушениями слуха развиваются в иных по сравнению со слышащими детьми пропорциях;
- недоразвитие одних перцептивных систем при относительной сохранности других (сохранна кожная чувствительность, при правильном обучении и воспитании развивается зрительное восприятие и формируется слуховое);
- изменения в темпах психического развития по сравнению с нормально слышащими детьми и т.д.

Нарушение слуха приводит к особенностям развития познавательной и личностной сферы слабослышащих детей дошкольного возраста.

В дошкольном возрасте происходят значительные сдвиги в психическом развитии ребенка с нарушением слуха, что обусловлено развитием различных сторон познания - восприятия, мышления, внимания, воображения, памяти, формированием произвольности психических процессов. В дошкольном возрасте большое влияние на развитие ребенка с нарушением слуха оказывает формирование разных видов детской деятельности: игровой, изобразительной, конструктивной, элементарной трудовой. Особое внимание следует формированию взаимоотношений между мышлением и речью, а также развитию движений. Выявление нарушений в данных областях необходимо для организации адекватной коррекционной работы.

#### *Познавательная сфера.*

*Особенности внимания* слабослышащих и позднооглохших дошкольников характеризуются следующим:

- сниженный объем внимания – дети могут одновременно воспринять меньшее количество элементов;
- меньшая устойчивость, а, следовательно, большая утомляемость, так как получение информации происходит на слухо-зрительной основе;
- низкий темп переключения: ребенку с нарушением слуха требуется определенное время для окончания одного учебного действия и перехода к другому;
- трудности в распределении внимания.

Изучение устойчивости внимания (Богданова Т.Г.) показало, что на протяжении дошкольного возраста устойчивость внимания меняется – от 10-12 минут в начале данного возрастного периода, до 40 минут в его конце.

К *особенностям памяти* детей с нарушениями слуха относится следующее: уровень развития словесной памяти зависит от объема словарного запаса ребенка с нарушением слуха. Ребенку требуется гораздо больше времени на запоминание учебного материала, практически при всех степенях снижения слуха словесная память значительно отстает.

В произвольном запоминании слабослышащие и позднооглохшие дети дошкольного возраста не уступают своим слышащим сверстникам, однако они хуже запоминают места расположения предметов.

*Развитие мышления* слабослышащих и позднооглохших детей подчиняется общим закономерностям развития мышления и проходит те же этапы. Однако мыслительная деятельность детей таких категорий, как правило, имеет свои особенности:

- формирование всех стадий мышления в более поздние сроки;
- отставание в развитии мыслительных операций;
- наличие значительных индивидуальных различий в развитии мышления, обусловленное уровнем речевого развития;
- обозначение словом на начальных этапах овладения речью определенного конкретного единичного предмета, при этом слово не приобретает обобщенный характер, не становится понятием и т.д.
- наличие и использование сохранных анализаторов (зрительный, вестибулярный, двигательный, частично сохранный слуховой) не только для получения сенсорной информации различной модальности, но и для компенсации дефекта;
- сохранность интеллектуальных способностей при нарушенной слуховой функции и связанным с ней речевым недоразвитием (это касается детей с сохранным интеллектом);
- умение пользоваться доступными формами общения, в том числе и спонтанно формируемой, элементарной словесной речью, в различных видах деятельности (игровой, продуктивной и т.д.) как средством общения, обозначения и обобщения

результатов познания окружающего мира, способствующим накоплению знаний и представлений о нем.

*Личностная сфера.*

К особенностям *эмоционального развития* слабослышащих и позднооглохших детей относится то, что ребенок не всегда понимает эмоциональные проявления окружающих в конкретных ситуациях, а, следовательно, не может сопереживать им.

Таким образом, развитие слабослышащих и позднооглохших детей представляет собой особый тип развития, связанного с наличием специфических условий взаимодействия с окружающим миром, относящегося к дефицитарному типу дизонтогенеза. Нарушение слухового восприятия ведет к недоразвитию наиболее тесно связанных с ним функций. Прежде всего, это недоразвитие речи, замедление развития мышления, памяти, что приводит к особенностям развития познавательной и личностной сферы.

### **Особые образовательные потребности слабослышащих детей**

Особые образовательные потребности – это потребности в условиях, необходимых для оптимальной реализации актуальных и потенциальных возможностей (когнитивных, энергетических и эмоционально-волевых, включая мотивационные), которые может проявить ребенок с недостатками развития в процессе обучения (В.И. Лубовский).

Особые образовательные потребности детей с нарушенным слухом связаны с трудностями понимания обращенной речи, характером межличностной коммуникации, ограничением скорости переработки и объема вербальной информации.

К особым образовательным потребностям слабослышащих и позднооглохших детей относятся:

- специальные образовательные условия, обеспечивающие обстановку эмоционального комфорта, упорядоченности и предсказуемости происходящего, установка педагога на поддержание в слабослышащем и позднооглохшем ребенке уверенности в том, что в детском саду и группе его принимают, ему симпатизируют, придут на помощь в случае затруднений. При обучении совместно со слышащими сверстниками необходимо транслировать эту установку сверстникам ребенка, не подчеркивая его особенность, а показывая сильные стороны, вызывая к нему симпатию личным отношением, вовлекать слышащих детей в доступное взаимодействие;
- специальное обучение «переносу» сформированных целевых установок в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе специальной коррекционной работы в ходе фронтальных и малогрупповых и индивидуальных занятий;
- специальная помощь в осмыслении, упорядочивании, дифференциации и речевом опосредовании индивидуального жизненного опыта ребенка, «проработке» его впечатлений, наблюдений, действий, воспоминаний, представлений о будущем;
- создание условий для развития у детей инициативы, познавательной и общей активности, в том числе за счет привлечения к участию в различных (доступных) видах деятельности;
- учёт специфики восприятия и переработки информации при организации обучения и оценке достижений;
- активное использование в образовательном (воспитательном) процессе речи как средства компенсации нарушенных функций, осуществление специальной работы по ее формированию и коррекции;
- специальная работа по обучению словесной речи (в устной и письменной формах) в условиях специально педагогически созданной слухоречевой среды;

- специальная работа по формированию и развитию восприятия звучащего мира – слухового восприятия неречевых звучаний и речи, слухо-зрительного восприятия устной речи, формированию умения использовать свои слуховые возможности в повседневной жизни, правильно пользоваться звукоусиливающей аппаратурой, следить за ее состоянием, оперативно обращаться за помощью в случае появления дискомфорта;
- специальная работа по формированию и коррекции произносительной стороны речи (речевое дыхание, голос, звуки и их сочетания, слово и фраза; интонационное оформление речи); развитие устной речи для целей коммуникации: сила и высота голоса, темп речи, логическое ударение, интонационная окраска высказывания, использование невербальных средств (естественные жесты, позы и т.п.), чтобы дополнить и уточнить смысл, умение вести диалог и групповой разговор;
- специальная помощь в развитии возможностей вербальной и невербальной коммуникации;
- специальная помощь в умении вступать в коммуникацию для разрешения возникающих трудностей;
- расширение социального опыта ребенка, его контактов со слышащими сверстниками;
- психологическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и дошкольной образовательной организации;
- постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы дошкольной образовательной организации.

Для слабослышащих детей, уровень общего и речевого развития которых приближен к возрастной норме, и которые, как правило, воспитываются вместе со слышащими сверстниками, важно, помимо отмеченных выше, реализовывать и такие образовательные потребности, как:

- развитие способности воспринимать звучащую речь в разных акустических условиях;
- развитие способности понимать речь и правильно оценивать действия собеседника в различных коммуникативных ситуациях;
- развитие способности составлять продуктивные речевые высказывания, соответствующие теме и общей ситуации общения;
- развитие способности накапливать собственный жизненный опыт в процессе взаимодействия с окружающим миром и активно использовать его в общении и обучении;
- развитие способности выстраивать товарищеские и дружеские взаимоотношения со слышащими сверстниками.

Успешное развитие, воспитание и обучение детей с КИ требует учета особых образовательных потребностей данной категории детей. Эти потребности, естественно, отличаются у оглохших детей, у дошкольников, уже владеющих фразовой речью, у еще не говорящих детей, у детей раннего возраста. В самом общем виде их можно охарактеризовать следующим образом:

- индивидуальный подход к образованию ребенка с КИ на первоначальном и последующем этапах реабилитации с учетом психофизических возможностей ребенка на каждом из них;
- коррекционная работа, направленная на активное сенсорно-перцептивное и коммуникативное развитие, а также в целом на амплификацию (обогащение) его развития сразу после выявления проблемы (в дооперационный период) и сразу после КИ;
- обеспечение постоянного взаимодействия детей с КИ с нормально слышащими и говорящими дошкольниками и взрослыми;



- организация особой предметно-развивающей, пространственной среды, способствующей полноценному усвоению вербальной коммуникации;
- использование специальных подходов, методов и приемов при развитии ребенка после КИ;
- комплексный подход в сопровождении образования ребенка после КИ, включающий взаимодействие специалистов педагогического и психологического профиля, а также медицинского (аудиологии);
- целенаправленная работа по сопровождению семьи ребенка после КИ в образовательном процессе.

#### **Возрастные особенности физического развития детей 4-5 лет**

Пятый год жизни характеризуется интенсивным ростом и развитием организма. Это один из периодов так называемого кризиса в морфофункциональном развитии ребенка, наиболее благоприятный для качественного скачка в двигательном развитии. В этом возрасте дети способны выделять отдельные элементы движений, что способствует их более детальному осознанию. У детей возникает интерес к результатам движений, правильности их выполнения, появляется естественность, легкость, ритмичность. Потребность детей в движениях реализуется в подвижных играх, самостоятельной двигательной активности, специально организованных занятиях.

#### **Возрастные особенности физического развития детей 5-6 лет**

В старшем дошкольном возрасте изменения основных показателей физического развития протекают менее согласованно и плавно, чем в предыдущем возрастном периоде.

Совершенствуются основные нервные процессы, существенно улучшается их подвижность, уравновешенность, устойчивость.

Движения старших дошкольников становятся все более осмысленными, мотивированными и управляемыми. Но в целом в характере двигательной активности детей сохраняются еще черты, типичные для предыдущих возрастных периодов — высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию, нежелание выполнять требования, лишённые непосредственного интереса. В то же время у детей повышается способность к произвольной регуляции двигательной активности. Они могут заставить себя преодолевать определенные трудности при выполнении сложных двигательных заданий. В движениях дети познают себя, свое тело, знакомятся с его строением, свойствами и т.д.

Старшие дошкольники обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков и осознанно пользуются ими в своей деятельности. Движения детей приобретают слаженность, уверенность, стремительность, легкость.

Происходит совершенствование приобретенных ранее двигательных качеств и способностей. Наиболее значимыми для всестороннего развития физических возможностей детей дошкольного возраста являются скоростно-силовые и координационные способности (ловкость), гибкость и выносливость.

#### **Возрастные особенности физического развития детей 6-7 лет**

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возрастает возможность пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию

движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми. Формируется привычка самостоятельно следить за своим внешним видом, пользоваться носовым платком, быть опрятными и аккуратными, причесываться.

В дошкольном учреждении для детей с речевой патологией физические упражнения приобретают особый смысл, т.к. движение есть мощный фактор профилактики, лечения и реабилитации. Формирование полноценных двигательных навыков, овладение тонкокоординированными движениями рук являются необходимыми звеньями в общей системе коррекционного обучения.

У детей дефекты речи сопровождаются разнообразным нарушением моторики. У них часто отмечаются несогласованность движений рук и ног при ходьбе и беге. В движениях отсутствуют четкость, плавность, бывают нарушены их темп, ритм, сила.

Дети различаются по состоянию двигательной сферы на возбудимых (они легко отвлекаются, нетерпеливы) и заторможенных, часто наблюдается общая физическая ослабленность.

Физические упражнения способствуют развитию мышечной системы и воспитанию согласованности движений, усиливают работу важнейших жизненных органов, повышает обмен веществ. Кроме того, физические упражнения создают у детей бодрое настроение, способствуют общей дисциплинированности и собранности.

### **1.5. Планируемые результаты освоения Программы обучающимися группы**

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ОВЗ к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений обучающихся на разных возрастных этапах дошкольного детства.

#### **1.5.1. Целевые ориентиры освоения программы детьми**

Программа строится на основе общих закономерностей развития личности обучающихся дошкольного возраста, с ОВЗ с учетом сенситивных периодов в развитии. Обучающиеся с различными недостатками в физическом и (или) психическом развитии могут иметь качественно неоднородные уровни двигательного, речевого, познавательного и социального развития личности, поэтому целевые ориентиры Программы учитывают не только возраст ребенка, но и уровень развития его личности, степень выраженности различных нарушений, а также индивидуально-типологические особенности развития ребенка.

Ребёнок 4-5 лет

К пятилетнему возрасту при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка:

- антропометрические показатели (рост, вес) в норме;
- владеет в соответствии с возрастом основными движениями. проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях;
- пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время);

- имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены;
- знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений;
- принимает правильное исходное положение при метании;
- может метать предметы разными способами правой и левой рукой;
- отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд;
- может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м;
- умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
- может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м);
- ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны;
- выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

#### Ребёнок 5-6 лет

К шести годам при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка:

- антропометрические показатели (рост, вес) в норме;
- владеет в соответствии с возрастом основными движениями;
- проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях;
- проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах;
- пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время);
- имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни;
- знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений;
- начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье;
- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
- может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), умеет прыгать через длинную скакалку;
- умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз;
- выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- умеет перестраиваться в колонну по трое по ориентирам; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево;
- умеет кататься на самокате;
- участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

#### Ребёнок 6-8 лет

- к семи годам при успешном освоении программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка:
- сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);

- может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; прыгать через короткую и длинную скакалку;
- может бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния а-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м;
- умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, соблюдать дистанцию во время передвижения;
- умеет залазть на гимнастическую стенку разноименным и одноименным способом;
- умеет лазать по сетке-паутине;
- выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следит за правильной осанкой;
- участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

### **1.6. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной области «Физическое развитие»**

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития обучающихся, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- 1) педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- 2) детские портфолио, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности;
- 3) карты развития ребенка

Педагогическая диагностика проводится в ГБДОУ в начале и в конце учебного года.

Инструментарий для педагогической диагностики представлен в приложении 1.

**Объект педагогической диагностики (мониторинга):** индивидуальные достижения детей в образовательной области физическое развитие.

**Формы и методы педагогической диагностики:** наблюдение

**Периодичность проведения педагогической диагностики:** 2 раза в год

**Длительность проведения педагогической диагностики:** 1-3 недели

**Сроки проведения педагогической диагностики** сентябрь, май

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Содержание образовательной работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»**

Представлено в приложении 2.

### **2.2. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся**

Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями (законными представителями) направлено на повышение педагогической культуры родителей (законных представителей). Задача инструктора по физической культуре - активизировать роль родителей (законных представителей) в воспитании и обучении ребенка.

Реализация цели обеспечивает решение следующих задач:

- вовлечение родителей (законных представителей) в воспитательно-образовательный процесс;

- внедрение эффективных технологий сотрудничества с родителями (законным представителям), активизация их участия в коррекции речевого развития ребёнка;
- повышение родительской компетентности в вопросах воспитания и обучения обучающихся.

месяц	Темы	Формы работы
IX-2023 г.	Особенности проведения физкультурных занятий в разных возрастных группах. Значение физкультурной формы	Консультации для родителей
IX-2023 г.	Знакомство родителей с комплексом ГТО. Регистрация на сайте ВФОК ГТО	Анкетирование. Консультации для родителей.
X-2023 г.	Особенности проведения физкультурных занятий в разных возрастных группах	Выступление на родительских собраниях
XI-2023 г.	Закаливание ребенка	Рекомендации для родителей
XII-2023 г.	Как правильно одевать ребенка зимой	Рекомендации для родителей
I-2024 г.	Спорт и дети: за и против	Консультация для родителей. для родителей
II-2024 г.	Спортивный праздник «Зимние забавы»	Спортивный праздник на улице.
III-2024 г.	Спортивный праздник «Папа, мама и я – спортивная семья»	Рекомендации для родителей
В течение уч. года	Индивидуальные особенности ребенка	Консультации для родителей
V-2024 г.	Закаливание ребенка в летний период	Консультации для родителей.
VI-2024 г.	Игры на природе	Консультации для родителей.
В течение уч года.	Различные аспекты организации работы по физическому воспитанию в ДОУ	Индивидуальные и групповые консультации на страницах групп ДОУ VK

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
занятия по физической культуре; спортивные образовательные проекты; летние и зимние спортивные праздники конкурсы разного уровня (внутри ГБДОУ, районные, городские, всероссийские) презентации на спортивные темы	Самостоятельная игра детей в знакомые подвижные игры, изученные в процессе занятий физической культурой	Подвижные игры, эстафеты, полосы препятствий, здоровье сберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья	Наблюдение, педагогическая диагностика.

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка обучающихся группы (занятия по физическому развитию)

Возраст детей	Продолжительность одного занятия по физической культуре	Количество занятий <i>в неделю</i>
4-5 лет	20 минут	2
5-6 лет	25 минут	2
6-7 лет	30 минут	2

### 3.3. Создание развивающей предметно-пространственной среды

Образовательная область – физическое развитие	Обогащение (пополнение) предметно-пространственной среды физкультурного зала	
	Содержание	Срок (месяц)
Для ОРУ	Изготовление атрибутов «Шумелки»	октябрь
Для развития мелкой моторики	Подбор атрибутов	ноябрь
Подвижные игры	Подбор атрибутов	В течение года
Для бросания и ловли	Мячи	В течение года
Картотеки	«Пальчиковая гимнастика»	В течение года

### 3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности

1. Анисимова М.С. Двигательная деятельность детей 3—5 лет. / Анисимова М. С., Хабарова Т. В. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. — 160 с.
2. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников: Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР\ И.М. Новикова .- М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.-112с.
3. Новиковская О.М Логоритмика для дошкольников в играх и упражнениях. Практическое пособие для педагогов и родителей\ О.М. Новиковская.- М.: ИД Корона – Век, 2017.- 98 с.
4. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7\Л.И. Пензулаева.- М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.-80 с.
5. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду Подготовительная к школе группа./Л.И. Пензулаева.- М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.-112с.
6. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года )./Л.И. Пензулаева.- М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.-80 с.
7. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет)./Л.И. Пензулаева.- М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.-112 с.
8. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет)./Л.И. Пензулаева.- М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.-128 с.
9. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2 – 7 лет\Э.Я. Степаненкова.- М.: Мозаика-Синтез, 2020.- 168 с.
10. Теплюк С. Занятия на прогулке с малышами: Методическое пособие С. Теплюк. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.- 176 с.



**Приложение 2**

**Содержание образовательной работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»**





## Содержание программы

### Теоретические сведения:

Значение занятий физической культурой и спортом в жизни человека. Понятия «Здоровье», «Здоровый образ жизни». Правила техники безопасности на занятиях физическими упражнениями. Гигиенические требования к занятиям физической культурой и спортом.

Строевые упражнения.

Построение врассыпную. Понятия «строй», «Шеренга», «Колонна». Нахождение своего места на площадке по ориентирам. Нахождение своего места в строю. Понятие «дистанция». Равнение в строю. Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении по ориентирам. Построение в круг. Перестроение из колонны в круг. Построение в колонну по два.

### Ходьба:

Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, приставным шагом в правую и левую стороны. Ходьба врассыпную, в колонне по одному, парами, по прямой, по кругу, змейкой между предметами. Ходьба в чередовании с бегом, со сменой направляющего. Ходьба с выполнением различных заданий. Ходьба по гимнастической скамейке различными способами с различными заданиями. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки. Перешагивание через предметы. Ходьба по наклонной доске. Кружение на месте с открытыми и закрытыми глазами. Кружение парами.

### Бег:

Бег обычный, на носках. С высоким подниманием колен, с захлестывая голени, выбрасывая прямые ноги вперед. мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, врассыпную. Бег с изменением направления, со сменой ведущего. Бег с преодолением препятствий. Бег с остановкой по сигналу. Бег по наклонной доске вверх и вниз. Непрерывный медленный бег, бег на скорость. Челночный бег. Эстафетный бег.

### Общеразвивающие упражнения:

Общеразвивающие упражнения для развития и укрепления м-ц рук, ног, туловища. общеразвивающие упр. с предметами. Упражнения с предметами для развития ручной умелости.

### Ползание, лазание:

Ползание на четвереньках по прямой, между предметами, по гимнастической скамейке, по горизонтальной и наклонной доске. Передвижение по гимнастической скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками. Подлезание под предметами, Пролезание в обруч разными способами, Пролезание под гимнастической скамейкой. Лазание по гимнастической стенке различными способами. Перелезание с одного пролета гимнастической лестницы на другой. Перелезание с предмета на предмет. Лазание по сетке-паутине. Ползание по-пластунски.

### Прыжки:

Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад в стороны. Прыжки с поворотом. Прыжки с различными движениями ног, с изменением положения рук. Прыжки через линию, через несколько линий подряд. Прыжки через предметы.

Прыжки из обруча в обруч. Прыжки с зажатым между ног мешочком. Прыжки через короткую и длинную скакалку. Прыжки в глубину, в длину, в высоту с места и с разбега. Прыжки с разбега с выполнением различных фигур.

Школа мяча:

Прокатывание мяча. Прокатывание в цель, в ворота. Прокатывание. Сидя на полу ноги врозь. Подбрасывание мяча и ловля, подбрасывание с хлопками, подбрасывание и ловля после отскока от пола. Броски и ловля мяча двумя руками снизу в парах. Отбивание от пола. Броски мяча в стенку с последующей ловлей. Броски в б/б корзину. Подбрасывание и ловля м.мяча. Перебрасывание м.мяча из руки в руку. Метание м.мяча в цель и на дальность. Ведение б/б мяча на месте и в движении. Игры и игровые задания с мячом.

Упражнения на координацию движений:

Ходьба по гимнастической скамейке различными способами. Сохранение равновесия стоя на одной ноге с открытыми и закрытыми глазами. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки. Ходьба по скамейке с различными заданиями. Ходьба по коридору. Ходьба по канату, по шнуру. Кружение на месте. Кружение парами.

Подвижные игры. Эстафеты. Игры с элементами спорта.

Пальчиковая гимнастика.

Коррекционные игры. Игры на внимание, на релаксацию.

Контрольные упражнения.

## Распределение учебного материала по годам обучения

Содержание Программы	3 – 5 лет	5 – 6 лет	6 - 7 лет
<b><u>Теоретические сведения:</u></b>			
Значение занятий физической культурой и спортом в жизни человека.	+	+	+
Понятие «Здоровье». Здоровый образ жизни.		+	+
Правила поведения на занятиях физкультурой.	+	+	+
Техника безопасности на занятиях физической культурой.	+	+	+
Правила безопасности при работе с предметами.		+	+
Требования к форме для занятий физическими упражнениями.	+	+	+
<b><u>Ходьба:</u></b>			
- обычная	+	+	+
- на носках	+	+	+
- на пятках	+	+	+
- на внешней стороне стопы		+	+
- с высоким подниманием колен	+	+	+
- мелким и широким шагом	+	+	+
- приставным шагом в правую и левую стороны		+	+
- врассыпную	+		
- в колонну по одному	+	+	+
- парами		+	+
- по прямой	+	+	+
- по кругу	+	+	+
- змейкой за воспитателем	+		
- змейкой между предметами	+	+	+
- в чередовании с бегом	+	+	+
- со сменой направляющего			+
- с выполнением различных заданий.	+	+	+
-Имитация движений различных животных	+	+	+
<b><u>Бег:</u></b>			
- обычный			
- на носках	+	+	+
- с высоким подниманием колен	+	+	+
- с захлестыванием голени		+	+
- выбрасывая прямые ноги вперед			+

- мелким и широким шагом		+	+
- врассыпную	+	+	+
- в колонне по одному	+	+	+
- по двое	+	+	+
- с изменением направления			+
- со сменой ведущего	+	+	+
- с преодолением препятствий			+
- с остановкой по сигналу		+	+
- по наклонной доске вверх и вниз	+	+	+
- непрерывный медленный бег			+
- бег на скорость	+	+	+
- челночный бег	+	+	+
- эстафеты	+	+	+
		+	+
<b><u>Общеразвивающие упражнения.</u></b>			
-основные положения рук, ног, туловища, головы	+	+	+
- без предмета на месте	+	+	+
- без предмета в движении	+	+	+
- без предмета в парах			
- без предмета сидя верхом на гимнастической скамейке	+	+	+
- на гимн. матах	+	+	+
- на степ-досках	+	+	+
- с большим мячом	+	+	+
- с мешочком	+	+	+
- с кубиком	+	+	+
- с малым мячом	+	+	+
- с ленточками	+	+	+
- с флажками	+	+	+
- с обручами	+	+	+
- с гимнастическими палками	+	+	
- с цветами	+		
- с бубнами	+	+	+
- с летающими тарелками			+
- с помпонами		+	+
- с ракетками		+	+
- с бумерангами	+	+	+
Элементы ритмической гимнастики			
<b><u>Упражнения и задания для развития ручной умелости:</u></b>			
- с теннисным шариком	+	+	+
- с теннисным мячом	+	+	+
- с малым мягким мячом	+	+	+
- с малым пластмассовым мячом	+	+	+
- с большим резиновым мячом	+	+	+
- с большим пляжным мячом	+	+	+
- с кубиком		+	+
- со скакалкой	+	+	+
- с короткой лентой		+	+
- с гимнастической лентой	+	+	+
- с обручем	+	+	+
- с кольцом	+	+	+

- с мешочком	+	+	+
- с цветком	+	+	+
- с летающей тарелкой		+	+
- с бумерангом			+
- с ракеткой и мячом		+	+
- с помпонами			+
- с клюшкой и шайбой			
<b><i>Строевые упражнения:</i></b>			
Понятие «Строй».		+	+
Нахождение своего места на площадке по ориентирам	+	+	+
Нахождение своего места в строю		+	+
Понятие «Шеренга». Равнение в шеренге.		+	+
Понятие «Интервал»			
Понятие «Колонна». Равнение в колонне.		+	+
Понятие «Дистанция». Сохранение дистанции при беге и ходьбе.	+	+	+
Повороты направо и налево.	+	+	+
Построение в колонну по два.	+	+	+
Перестроение из колонны по одному в колонну по два по ориентирам.		+	+
Построение в круг.	+	+	+
Перестроение из шеренги в круг.	+	+	+
Перестроение из колонны в круг в движении.			+
Перестроение из колонны в два, три круга			
<b><i>Ползание, лазание:</i></b>		+	+
Ползание на четвереньках по прямой			
Ползание между предметами	+	+	+
Передвижение по гимнастической скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками	+	+	+
Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	+	+	+
Ползание на четвереньках по наклонной доске	+	+	+
Подлезание под предметами			
Подлезание под гимнастической скамейкой		+	+
Пролезание в обруч различными способами	+	+	+
Лазание по гимнастической лестнице различными способами	+	+	+
Перелезание с одного пролета гимнастической лестницы на другой	+	+	+
Перелезание с предмета на предмет			
Лазание по сетке-паутинке	+	+	+
Ползание по-пластунски		+	+
<b><i>Прыжки:</i></b>	+	+	+
- на двух ногах на месте		+	+
- на двух ногах с продвижением вперед			+
- на двух ногах с продвижением назад	+	+	+
- на двух ногах с продвижением в			

стороны	+	+	+
- с поворотом			
- с различными движениями ног, с изменением положения рук		+	+
- прыжки на одной ноге			+
- через линию			+
- через несколько линий подряд			
- через предметы		+	+
- с зажатым между ног мешочком	+	+	+
- через короткую скакалку		+	+
- через длинную скакалку			+
- в глубину (спрыгивание)		+	+
- в длину с места		+	+
- в длину с разбега			+
- в высоту с места		+	+
- в высоту с разбега	+	+	+
- с разбега с выполнением различных фигур	+	+	+
- с разбега с поворотом			+
<b><u>Школа мяча:</u></b>			+
Прокатывание мяча		+	+
Прокатывание в цель, в ворота			
Прокатывание в парах сидя на полу ноги врозь			
Подбрасывание и ловля мяча	+	+	+
Подбрасывание с хлопками		+	+
Подбрасывание и ловля после отскока от пола	+		
Отбивание мяча от пола	+	+	+
Бросок мяча в стенку с последующей ловлей		+	+
Броски и ловля двумя руками снизу в парах	+	+	+
Броски в б/б корзину		+	+
Подбрасывание и ловля м.мяча	+	+	+
Перебрасывание м.мяча из руки в руку	+	+	+
Метание мяча в цель (мишень)	+	+	+
Метание на дальность	+	+	+
Ведение б/б мяча на месте			
Ведение б/б мяча в движении		+	+
Игры и игровые задания с мячом	+	+	+
	+	+	+
<b><u>Упражнения в равновесии:</u></b>		+	+
Ходьба по гимнастической скамейке	+	+	+
Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки			
Сохранение равновесия стоя на одной ноге с открытыми и закрытыми глазами	+	+	+
Ходьба по шнуру, канату		+	+
Ходьба по скамейке с различными заданиями			

Упр. на степ досках	+	+	+
Кружение на месте	+	+	+
Кружение парами			
<b><u>Подвижные игры:</u></b>			
	+	+	+
	+	+	+
- Порядок-беспорядок	+		+
- Водители машин	+	+	+
- Найди свой домик	+	+	+
- Большие и маленькие птицы	+	+	
- У медведя во бору	+		+
- Зайцы и волк	+	+	
- Я иду, иду, иду	+		
- Мышки в норке	+		+
- Совушка	+	+	+
- Васька-кот	+	+	+
- Кораблики	+	+	+
- Белка на дереве	+	+	+
- Зайцы в огороде		+	+
- Белые медведи	+	+	+
- Льдинки		+	+
- Светофор		+	+
- Волк во рву	+	+	+
- Найди свой цвет	+	+	+
- К своим флажкам	+	+	+
- Выручи друга		+	+
- Часовой	+	+	+
- Дедушка Мазай	+	+	+
- Догони мяч	+	+	+
- Веселые ребята	+	+	+
- Запятнай мяч	+	+	+
- Бездомный заяц		+	+
- Бездомные пары	+	+	+
- Кошки мышки	+	+	+
- Охотники и утки		+	+
- Змейка	+	+	+
- Курица и цыплята	+	+	+
- Рыбаки и рыбки		+	+
- Игры с парашютом		+	+
		+	
<b><u>Коррекционные игры. Игры на внимание, на релаксацию:</u></b>			
- Группа, внимание	+		
- Делай этак - делай так			+
- Волшебное слово	+	+	+
- Какой предмет исчез	+	+	+
- Угадай, чей голосок	+	+	+
- Летает, не летает	+	+	+
- Обезьянки	+	+	+
- Найди маму	+	+	+
- На горе стояли зайцы	+	+	+
- Завяжи и развяжи	+	+	+
- Мы ребята-моряки		+	+



- Дельфины	+	+	+
- Весна	+	+	+
- Выставка картин	+	+	+
- Цветные задания	+	+	+
- Хлопай под музыку	+	+	+
		+	+
		+	
<u><i>Пальчиковая гимнастика</i></u>	+		
<u><i>Контрольные упражнения</i></u>	+	+	+
		+	+

## СЕНТЯБРЬ

Период	3 -5 лет	5 -6 лет	6 -7 лет
2 неделя	<p>Значение занятий физической культурой и спортом в жизни человека.</p> <p>Правила поведения на занятиях физкультурой.</p> <p>Требования к физкультурной форме.</p> <p>Мониторинг.</p>	<p>Значение занятий физической культурой и спортом в жизни человека.</p> <p>Правила техники безопасности на занятиях физкультурой.</p> <p>Требования к физкультурной форме.</p> <p>Мониторинг.</p>	<p>Значение занятий физической культурой и спортом в жизни человека.</p> <p>Правила техники безопасности на занятиях физкультурой.</p> <p>Требования к физкультурной форме.</p> <p>Мониторинг.</p>
3 неделя	<p>Понятие «Здоровье».</p> <p>Ходьба и бег враспынную.</p> <p>Понятие «Строй». Нахождение своего места в строю. Игра «Порядок-беспорядок».</p> <p>Основные положения туловища, рук, ног. ОРУ без предмета.</p> <p>Нахождение своего места на площадке по ориентирам</p> <p>Игра «Большие и маленькие птицы».</p> <p>Мониторинг.</p>	<p>Понятие «Здоровье», «Здоровый образ жизни».</p> <p>Значение здорового образа жизни.</p> <p>Ходьба и бег враспынную.</p> <p>Понятие «Строй». Нахождение своего места в строю. Игра «Порядок-беспорядок».</p> <p>Основные положения туловища, рук, ног. ОРУ без предмета.</p> <p>Нахождение своего места на площадке по ориентирам.</p> <p>Игра «Найди свой домик»</p>	<p>Понятие «Здоровье», «Здоровый образ жизни». Значение здорового образа жизни.</p> <p>Ходьба и бег враспынную.</p> <p>Понятие «Строй». Нахождение своего места в строю. Игра «Порядок-беспорядок».</p> <p>Основные положения туловища, рук, ног. ОРУ без предмета.</p> <p>Нахождение своего места на площадке по ориентирам. Игра «Найди свой домик»</p>
4 неделя	<p>Правила безопасности при работе с предметами.</p> <p>ОРУ с летающими тарелками</p> <p>Ходьба и бег враспынную.</p> <p>Нахождение своего места на площадке по ориентирам. Игра «Водители машин».</p> <p>Мониторинг</p>	<p>Правила безопасности при работе с предметами.</p> <p>ОРУ с летающими тарелками</p> <p>Прыжки с различным положением рук, с различными движениями ног.</p> <p>Ходьба и бег враспынную.</p> <p>Понятия «Шеренга» и «Колонна».</p> <p>Построение в шеренгу и колонну.</p> <p>Игра «Водители машин».</p> <p>Мониторинг.</p>	<p>Правила безопасности при работе с предметами.</p> <p>ОРУ с летающими тарелками.</p> <p>Прыжки с различным положением рук, с различными движениями ног.</p> <p>Ходьба и бег враспынную.</p> <p>Понятия «Шеренга» и «Колонна».</p> <p>Построение в шеренгу и колонну.</p> <p>Игра «Водители машин».</p> <p>Мониторинг.</p>

## ОКТАБРЬ

Период	3 -5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
<b>1 неделя</b>	<p>Построение в шеренгу и колонну. Передвижение по площадке в колонне по одному. Имитация движений различных животных. Игра «Кто как двигается». ОРУ с большим мячом. Разучивание техники подбрасывания и ловли большого мяча. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке. Повторение техники прыжков на месте. П/и «Большие и маленькие птицы». Пальчиковая гимнастика 1</p>	<p>Построение в шеренгу и колонну. Передвижение по площадке в колонне по одному. Имитация движений различных животных. Игра «Кто как двигается». ОРУ с большим мячом. Разучивание техники подбрасывания и ловли большого мяча. Разучивание техники броска мяча в б/б корзину. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке. Повторение техники прыжков на месте и с продвижением вперед. П/и «У медведя во бору». Пальчиковая гимнастика 1</p>	<p>Построение в шеренгу и колонну. Передвижение по площадке в колонне по одному. Имитация движений различных животных. Игра «Кто как двигается». ОРУ с большим мячом. Разучивание техники подбрасывания и ловли большого мяча. Разучивание техники броска мяча в б/б корзину. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке. Повторение техники прыжков на месте и с продвижением вперед. П/и «У медведя во бору». Пальчиковая гимнастика 1</p>
<b>2 неделя</b>	<p>Равнение в шеренге и колонне. ОРУ с короткими ленточками. Разучивание техники прыжков в глубину (спрыгивание). Закрепление техники подбрасывания и ловли большого мяча. Повторение передвижения по гимнастической скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками. Повторение передвижения по гимнастической скамейке на четвереньках. П/и «Я иду, иду, иду». Игра на внимание 1</p>	<p>Равнение в шеренге и колонне. Понятие «Дистанция». Сохранение дистанции при ходьбе и беге. ОРУ с короткими ленточками. Разучивание техники прыжков в глубину (спрыгивание). Закрепление техники подбрасывания и ловли большого мяча. Закрепление техники броска мяча в б/б корзину. Повторение передвижения по гимнастической скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками. Повторение передвижения по гимнастической скамейке на четвереньках. П/и «Я иду, иду, иду». Игра на внимание 1</p>	<p>Равнение в шеренге и колонне. Понятие «Дистанция». Сохранение дистанции при ходьбе и беге. ОРУ с короткими ленточками. Разучивание техники прыжков в глубину (спрыгивание). Закрепление техники подбрасывания и ловли большого мяча. Закрепление техники броска мяча в б/б корзину. Повторение передвижения по гимнастической скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками. Повторение передвижения по гимнастической скамейке на четвереньках. П/и «Я иду, иду, иду». Игра на внимание 1</p>

<b>3 неделя</b>	<p>Ходьба и бег в колонну по одному Ходьба обычная, на носках, на пятках. Сохранение дистанции ходьбе и беге в колонну по одному. ОРУ с кольцом. Разучивание пролезания в обруч различными способами. Закрепление техники прыжков в глубину. Повторение ходьбы по гимнастической скамейке. П/и «Белка на дереве». Пальчиковая гимнастика 2</p>	<p>Ходьба и бег в колонну по одному Ходьба обычная, на носках, на пятках. Сохранение дистанции ходьбе и беге в колонну по одному. ОРУ с обручем. Разучивание пролезания в обруч различными способами. Закрепление техники прыжков в глубину. Повторение ходьбы по гимнастической скамейке. П/и «Белка на дереве». Пальчиковая гимнастика 2</p>	<p>Ходьба и бег в колонну по одному Ходьба обычная, на носках, на пятках. Сохранение дистанции ходьбе и беге в колонну по одному. ОРУ с обручем. Разучивание пролезания в обруч различными способами. Закрепление техники прыжков в глубину. Повторение ходьбы по гимнастической скамейке. П/и «Белка на дереве». Пальчиковая гимнастика 2</p>
<b>4 неделя</b>	<p>Ходьба с различными заданиями. Бег обычный, на носках. ОРУ на гимнастической скамейке. Разучивание техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами (боком приставным шагом, высоко поднимая колени). Закрепление техники пролезания в обруч. Сюжетное занятие «Прогулка в осенний лес».</p>	<p>Ходьба с различными заданиями. Бег обычный, на носках, с изменением темпа. ОРУ на гимнастической скамейке. Разучивание техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами (боком приставным шагом, высоко поднимая колени). Закрепление техники пролезания в обруч. Сюжетное занятие «Прогулка в осенний лес».</p>	<p>Ходьба с различными заданиями. Бег обычный, на носках, с изменением темпа. ОРУ на гимнастической скамейке. Разучивание техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами (боком приставным шагом, высоко поднимая колени). Закрепление техники пролезания в обруч. Сюжетное занятие «Прогулка в осенний лес».</p>

## НОЯБРЬ

Период	3 -5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
<b>1 неделя</b>	<p>Ходьба на внешней стороне стопы, высоко поднимая колени. Медленный бег. ОРУ с кубиком. Разучивание техники подбрасывания и ловли мяча после отскока. Разучивание техники отбивания мяча от пола. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами. Повторение техники прыжков в глубину. П/и «Найди свой цвет». Пальчиковая гимнастика 3</p>	<p>Ходьба на внешней стороне стопы, высоко поднимая колени. Медленный бег. ОРУ с кубиком. Разучивание техники подбрасывания и ловли мяча после отскока. Разучивание техники отбивания мяча от пола. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами. Повторение техники прыжков в глубину. П/и «Найди свой цвет». Пальчиковая гимнастика 3</p>	<p>Ходьба на внешней стороне стопы, высоко поднимая колени. Медленный бег. ОРУ с кубиком. Разучивание техники подбрасывания и ловли мяча после отскока. Разучивание техники отбивания мяча от пола. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами. Повторение техники прыжков в глубину. П/и «Найди свой цвет». Пальчиковая гимнастика 3</p>
<b>2 неделя</b>	<p>Ходьба с различными заданиями. Бег с высоким подниманием колен. ОРУ с цветком. Разучивание техники прыжков через линию. Закрепление техники подбрасывания и ловли мяча после отскока от пола. Закрепление техники отбивания мяча от пола. Повторение техники пролезания в гимнастический обруч. П/и «Мышки в норке». Игра на внимание 2</p>	<p>Ходьба с различными заданиями. Бег с высоким подниманием колен. ОРУ с гимнастическими палками. Разучивание техники прыжков через линию, через несколько линий подряд. Закрепление техники подбрасывания и ловли мяча после отскока от пола. Закрепление техники отбивания мяча от пола. Повторение техники пролезания в гимнастический обруч. П/и «Мышки в норке». Игра на внимание 2 Ходьба мелким и широким шагом. Бег с захлестыванием голени. ОРУ в парах.</p>	<p>Ходьба с различными заданиями. Бег с высоким подниманием колен. ОРУ с гимнастическими палками. Разучивание техники прыжков через линию, через несколько линий подряд. Закрепление техники подбрасывания и ловли мяча после отскока от пола. Закрепление техники отбивания мяча от пола. Повторение техники пролезания в гимнастический обруч. П/и «Мышки в норке». Игра на внимание 2 Ходьба мелким и широким шагом. Бег с захлестыванием голени. ОРУ в парах.</p>
<b>3 неделя</b>	<p>Ходьба мелким и широким шагом. ОРУ без предмета. Разучивание техники пролезания под гимнастической скамейкой.</p>	<p>Разучивание техники пролезания под гимнастической скамейкой. Закрепление техники прыжков через линию, через несколько линий подряд.</p>	<p>ОРУ в парах. Разучивание техники пролезания под гимнастической скамейкой. Закрепление техники прыжков через линию, через несколько линий подряд.</p>

	Закрепление техники прыжков через линию, через несколько линий подряд. Повторение техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами. П/и «К своим флажкам». Пальчиковая гимнастика 4	Повторение техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами. П/и «К своим флажкам». Пальчиковая гимнастика 4	Повторение техники ходьбы по гимнастической скамейке различными способами. П/и «К своим флажкам». Пальчиковая гимнастика 4
<b>4 неделя</b>	Построение в круг. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ со шнуром. Разучивание техники ходьбы по шнуру, канату. Закрепление техники пролезания под гимнастической скамейкой. П/и «Зайцы в огороде». Повторение отбивания мяча от пола. Игра на внимание 3 «Спортивный Ералаш».	ОРУ со шнуром. Разучивание техники ходьбы по шнуру, канату. Закрепление техники пролезания под гимнастической скамейкой. П/и «Зайцы в огороде». Повторение отбивания мяча от пола. Игра на внимание 3 «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш».	Перестроение из шеренги в круг. Перестроение из колонны в круг в движении. ОРУ со шнуром. Разучивание техники ходьбы по шнуру, канату. Закрепление техники пролезания под гимнастической скамейкой. П/и «Зайцы в огороде». Повторение отбивания мяча от пола. «Волшебная веревочка» Игра на внимание 3 «Спортивный Ералаш».

### ДЕКАБРЬ

Период	3 -5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
<b>1 неделя</b>	Ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Построение парами. ОРУ в парах. Разучивание техники броска и ловли мяча двумя руками снизу в парах. Разучивание техники прокатывания мяча в парах сидя на полу. Закрепление техники ходьбы по шнуру, канату. Повторение прыжков через линию, через несколько линий. П/и «Льдинки»	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении по ориентирам. Ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. ОРУ с большим мячом в парах. Разучивание техники броска и ловли мяча двумя руками снизу в парах. Разучивание техники прокатывания мяча в парах сидя на полу. Закрепление техники ходьбы по шнуру, канату. Повторение прыжков через линию, через несколько линий.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении по ориентирам. Ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. ОРУ с большим мячом в парах. Разучивание техники броска и ловли мяча двумя руками снизу в парах. Разучивание техники прокатывания мяча в парах сидя на полу. Закрепление техники ходьбы по шнуру, канату.

	Пальчиковая гимнастика 5	П/и «Белые медведи». Пальчиковая гимнастика 5	Повторение прыжков через линию, через несколько линий. П/и «Белые медведи». Пальчиковая гимнастика 5
<b>2 неделя</b>	Ходьба приставным шагом. ОРУ с мячом в парах. Разучивание техники прыжков на двух ногах с продвижением. Закрепление техники броска и ловли мяча двумя руками снизу в парах. Закрепление техники прокатывания мяча в парах сидя на полу. Повторение подлезания под гимнастической скамейкой. П/и «Зайцы и волк» Игра на внимание 4.	Ходьба приставным шагом. ОРУ с мячом в парах. Разучивание техники прыжков на двух ногах с продвижением, назад, в стороны, с поворотом. Закрепление техники броска и ловли мяча двумя руками снизу в парах. Закрепление техники прокатывания мяча в цель. Повторение подлезания под гимнастической скамейкой. П/и «Светофор» Игра на внимание 4.	Ходьба приставным шагом. ОРУ с мячом в парах. Разучивание техники прыжков на двух ногах с продвижением, назад, в стороны, с поворотом. Закрепление техники броска и ловли мяча двумя руками снизу в парах. Закрепление техники прокатывания мяча в цель. Повторение подлезания под гимнастической скамейкой. П/и «Светофор» Игра на внимание 4.
<b>3 неделя</b>	Построение в колонну по два. Ходьба и бег в колонне по два. ОРУ с флажками. Разучивание техники лазания по гимнастической лестнице. Закрепление техники прыжков на двух ногах с продвижением. Повторение ходьбы по шнуру, канату. П/и «Бездомный заяц». Пальчиковая гимнастика 6	Построение в колонну по два. Ходьба и бег в колонне по два. ОРУ с флажками. Разучивание техники лазания по гимнастической лестнице. Закрепление техники прыжков на двух ногах с продвижением назад, в стороны, с поворотом. Повторение ходьбы по шнуру, канату. П/и «Бездомный заяц». Пальчиковая гимнастика 6	Построение в колонну по два. Ходьба и бег в колонне по два. ОРУ с флажками. Разучивание техники лазания по гимнастической лестнице. Закрепление техники прыжков на двух ногах с продвижением назад, в стороны, с поворотом. Повторение ходьбы по шнуру, канату. П/и «Бездомный заяц». Пальчиковая гимнастика 6
<b>4 неделя</b>	Ходьба и бег змейкой за воспитателем. ОРУ на гимнастической скамейке с кубиком. Разучивание техники ходьбы по гимнастической скамейке с остановкой. Закрепление техники лазания по гимнастической лестнице.	Ходьба и бег с изменением направления. ОРУ на гимнастической скамейке с кубиком. Разучивание техники ходьбы по гимнастической скамейке с остановкой и поворотом на 360 градусов. Закрепление техники лазания по гимнастической лестнице.	Ходьба и бег с изменением направления. ОРУ на гимнастической скамейке с кубиком. Разучивание техники ходьбы по гимнастической скамейке с остановкой и поворотом на 360 градусов.

	Игра на внимание 5 «Спортивный Ералаш»	Игра на внимание 5 «Спортивный Ералаш»	Закрепление техники лазания по гимнастической лестнице. Игра на внимание 5 «Спортивный Ералаш»
--	---	---	--

### ЯНВАРЬ

Период	3 -5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
<b>1 неделя</b>	Досуговое занятие «Прогулка в зимний лес». Праздник аттракционов Пальчиковая гимнастика 7.	ОРУ с кубиком Разучивание техники броска б/мяча в стенку с последующей ловлей после отскока от пола. Досуговое занятие «Прогулка в зимний лес». Праздник аттракционов Пальчиковая гимнастика 7.	ОРУ с кубиком Разучивание техники броска б/мяча в стенку с последующей ловлей. Досуговое занятие «Прогулка в зимний лес». Праздник аттракционов. Пальчиковая гимнастика 7.
<b>2 неделя</b>	Ходьба и бег с различными заданиями. ОРУ без предмета. Разучивание техники прыжков с места. Закрепление техники подбрасывания и ловли мяча. Повторение лазания по гимнастической лестнице. П/и «Совушка». Игра на внимание 6	Ходьба и бег со сменой направляющего. ОРУ в движении. Разучивание техники прыжков с места. Закрепление техники броска б/мяча в стенку с последующей ловлей. Повторение лазания по гимнастической лестнице. П/и «Васька-кот». Игра на внимание 6	Ходьба и бег со сменой направляющего. ОРУ в движении. Разучивание техники прыжков с места. Закрепление техники броска б/мяча в стенку с последующей ловлей. Повторение лазания по гимнастической лестнице. П/и «Васька-кот». Игра на внимание 6
<b>3 неделя</b>	Перестроения по ориентирам. ОРУ с летающими тарелками. Разучивание техники перелезания через предметы. Разучивание техники подлезания под предметами. Закрепление техники прыжков с места. П/и «Кораблики». Пальчиковая гимнастика 8	Повороты направо и налево. ОРУ с летающими тарелками. Разучивание техники лазания по сетке-паутине. Закрепление техники прыжков с места. П/и «Кораблики». Пальчиковая гимнастика 8	Повороты направо и налево. ОРУ с летающими тарелками. Разучивание техники лазания по сетке-паутине. Закрепление техники прыжков с места. П/и «Кораблики». Пальчиковая гимнастика 8
<b>4 неделя</b>	Ходьба и бег с преодолением препятствий. Разучивание упражнений на степах. Повторение изученных упражнений с мячом.	Ходьба и бег с преодолением препятствий. Разучивание упражнений на степах. Закрепление техники лазания по сетке-паутине. Повторение изученных упражнений с мячом. Игра на внимание 7	Ходьба и бег с преодолением препятствий. ОРУ на степах. Разучивание упражнений на степах. Закрепление техники лазания по сетке-паутине.



	Закрепление техники подлезания под предметами. Игра на внимание 7 «Спортивный Ералаш».	«Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш».	Повторение изученных упражнений с мячом. Игра на внимание 7 «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш».
--	--	---	--

**ФЕВРАЛЬ**

Период	3 -5 лет	5 – 6 лет	6 – 7 лет
<b>1 неделя</b>	ОРУ с большим мячом. Игровые задания с мячом. Разучивание техники отбивания мяча от пола. Закрепление техники упр. на стечах. Повторение прыжков с места. П/и «Дедушка Мазай». Пальчиковая гимнастика 9	ОРУ с большим мячом. Игровые задания с мячом. Разучивание техники ведения б/б мяча на месте. Закрепление техники упр. на стечах. Повторение прыжков с места. П/и «Дедушка Мазай». Пальчиковая гимнастика 9	ОРУ с большим мячом. Игровые задания с мячом. Разучивание техники ведения б/б мяча на месте и в движении. Закрепление техники упр. на стечах. Повторение прыжков с места. П/и «Дедушка Мазай». Пальчиковая гимнастика 9
<b>2 неделя</b>	ОРУ на гимнастических матах. Разучивание техники прыжков в длину с разбега. Закрепление техники отбивания мяча от пола. Повторение подлезания под предметы и перелезания через предметы. П/и «Кошка и мышки». Игра на внимание 8	ОРУ на гимнастических матах. Разучивание техники прыжков в длину с разбега. Закрепление техники ведения б/б мяча на месте. Повторение лазания по сетке-паутине. П/и «Кошка и мышки». Игра на внимание 8	ОРУ на гимнастических матах. Разучивание техники прыжков в длину с разбега. Закрепление техники ведения б/б мяча на месте и в движении. Повторение лазания по сетке-паутине. П/и «Кошка и мышки». Игра на внимание 8
<b>3 неделя</b>	Элементы ритмической гимнастики. Разучивание техники ползания на четвереньках по наклонной доске. Закрепление техники прыжков в длину с разбега. Повторение упр. на стечах. П/И «Домики». Пальчиковая гимнастика 10	Элементы ритмической гимнастики. Ходьба и бег по наклонной доске. Разучивание техники ползания на четвереньках по наклонной доске. Закрепление техники прыжков в длину с разбега. Повторение упр. на стечах. П/И «Домики». Пальчиковая гимнастика 10	Элементы ритмической гимнастики. Ходьба и бег по наклонной доске. Разучивание техники ползания на четвереньках по наклонной доске. Закрепление техники прыжков в длину с разбега. Повторение упр. на стечах. П/И «Домики». Пальчиковая гимнастика 10
	ОРУ с помпонами.	ОРУ с помпонами.	ОРУ с помпонами.

<b>4 неделя</b>	Разучивание техники ходьбы по гимнастической скамейке с различными заданиями. Закрепление техники ползания на четвереньках по наклонной доске. Повторение ведения отбивания мяча от пола. Игра на внимание 9 «Спортивный Ералаш».	Разучивание техники ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки. Закрепление техники ползания на четвереньках по наклонной доске. Повторение ведения б/б мяча на месте и в движении в игровой форме. Игра на внимание 9 «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш».	Разучивание техники ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки. Закрепление техники ползания на четвереньках по наклонной доске. Повторение ведения б/б мяча на месте и в движении в игровой форме. Игра на внимание 9 «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш»
-----------------	---	---	--

**МАРТ**

<b>Период</b>	<b>3 -5 лет</b>	<b>5 – 6 лет</b>	<b>6 – 7 лет</b>
<b>1 неделя</b>	Ходьба и бег с остановкой по сигналу. ОРУ с теннисным мячом. Разучивание техники подбрасывания и ловли м. мяча. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке с различными заданиями. Повторение прыжков в длину с разбега. П/И «Мы – веселые ребята». Пальчиковая гимнастика 11	Разучивание техники эстафетного бега. Ходьба и бег с остановкой по сигналу. ОРУ с теннисным мячом. Разучивание техники подбрасывания и ловли м. мяча. Закрепление техники ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки. Повторение прыжков в длину с разбега. П/И «Мы – веселые ребята». Пальчиковая гимнастика 11	Разучивание техники эстафетного бега. Ходьба и бег с остановкой по сигналу. ОРУ с теннисным мячом. Разучивание техники подбрасывания и ловли м. мяча. Закрепление техники ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки. Повторение прыжков в длину с разбега. П/И «Мы – веселые ребята». Пальчиковая гимнастика 11
<b>2 неделя</b>	Разучивание техники эстафетного бега. Ходьба и бег с остановкой по сигналу. ОРУ с теннисным мячом. Разучивание техники подбрасывания и ловли м. мяча. Закрепление техники ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки. Повторение прыжков в длину с разбега. П/И «Мы – веселые ребята». Игра на внимание 10	Ходьба в чередовании с бегом. ОРУ с теннисным шариком. Разучивание техники прыжков с разбегом по скамейке. Закрепление техники подбрасывания и ловли малого мяча. Закрепление техники перебрасывания м.мяча из руки в руку. Повторение ползания на четвереньках по наклонной доске. П/и «Ловишки с ленточками» Игра на внимание 10	Ходьба в чередовании с бегом. ОРУ с теннисным шариком. Разучивание техники прыжков с разбегом по скамейке. Прыжки с выполнением фигур. Закрепление техники подбрасывания и ловли малого мяча. Закрепление техники перебрасывания м.мяча из руки в руку. Повторение ползания на четвереньках по наклонной доске. П/и «Ловишки с ленточками» Игра на внимание 10
	ОРУ с цветами.	ОРУ с ракеткой.	ОРУ с ракеткой.

<b>3 неделя</b>	Разучивание техники перелезания с предмета на предмет. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке с сосоком без остановки. Повторение техники ходьбы по гимнастической скамейке с различными заданиями. П/и «Курица и цыплята». Пальчиковая гимнастика 12	Разучивание техники перелезания с предмета на предмет. Закрепление техники прыжков с разбегом по скамейке. Повторение ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки. П/и «Часовой». Пальчиковая гимнастика 12	Разучивание техники перелезания с предмета на предмет. Закрепление техники прыжков с разбегом по скамейке. Прыжки с выполнением фигур. Повторение ходьбы по узкой рейке гимнастической скамейки. П/и «Часовой». Пальчиковая гимнастика 12
<b>4 неделя</b>	ОРУ с ленточками. Перестроение из колонны в круг. Разучивание техники кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. Закрепление техники перелезания с предмета на предмет. Игра на внимание 11 «Спортивный Ералаш»	Упражнения с гимнастическими лентами. Перестроение из колонны в два, три круга. Разучивание техники кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. Закрепление техники перелезания с предмета на предмет. Игра на внимание 11 «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш»	Упражнения с гимнастическими лентами. Перестроение из колонны в два, три круга. Разучивание техники кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. Закрепление техники перелезания с предмета на предмет. Игра на внимание 11 «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш»

**АПРЕЛЬ**

<b>Период</b>	<b>3 -5 лет</b>	<b>5 – 6 лет</b>	<b>6 – 7 лет</b>
<b>1 неделя</b>	Бег на скорость. ОРУ с бубном. Разучивание техники метания мяча. Закрепление техники кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. Закрепление техники ходьбы по гимнастической скамейке с сосоком без остановки. П/и «Волк во рву» Пальчиковая гимнастика 13	Бег на скорость. ОРУ с палками для аквааэробики. Разучивание техники метания мяча. Закрепление техники кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами Повторение прыжков с разбегом по скамейке. П/и «Волк во рву» Пальчиковая гимнастика 13	Бег на скорость. ОРУ с палками для аквааэробики. Разучивание техники метания мяча. Закрепление техники кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами Повторение прыжков с разбегом по скамейке. П/и «Волк во рву» Пальчиковая гимнастика 13

<b>2 неделя</b>	ОРУ с мешочком. Прыжки с зажатым между ног мешочком. Закрепление техники метания мяча. Повторение перелезания с предмета на предмет. П/и «Бездомный заяц». Игра на внимание 12	ОРУ с мешочком. Разучивание техники прыжков в высоту с места. Закрепление техники метания мяча. Повторение перелезания с предмета на предмет. П/и «Бездомные пары». Игра на внимание 12	ОРУ с мешочком. Разучивание техники прыжков в высоту с места. Закрепление техники метания мяча. Повторение перелезания с предмета на предмет. П/и «Бездомные пары». Игра на внимание 12
<b>3 неделя</b>	ОРУ с бумерангами. Разучивание техники перелезания с одного пролета гимнастической лестницы на другой. Закрепление техники прыжков с зажатым между ног мешочком. Повторение кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. П/и «Охотники». Пальчиковая гимнастика 14	ОРУ с бумерангами. Разучивание техники перелезания с одного пролета гимнастической лестницы на другой. Закрепление техники прыжков в высоту с места. Повторение кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. Игры с парашютом. Пальчиковая гимнастика 14	ОРУ с бумерангами. Разучивание техники перелезания с одного пролета гимнастической лестницы на другой. Закрепление техники прыжков в высоту с места. Повторение кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. Игры с парашютом. Пальчиковая гимнастика 14
<b>4 неделя</b>	ОРУ с без предмета. Разучивание техники кружения на месте. Закрепление техники перелезания с одного пролета гимнастической лестницы на другой. Повторение метания мяча. «Спортивный Ералаш» П/и «Карусель». Игра на внимание 13	ОРУ с листом бумаги. Разучивание техники кружения парами. Закрепление техники перелезания с одного пролета гимнастической лестницы на другой. Повторение метания мяча. П/и «Змейка». «Волшебная веревочка» Игра на внимание 13 «Спортивный Ералаш»	Упражнения с гимнастическими лентами. Перестроение из колонны в два, три круга. Разучивание техники кружения на месте с открытыми и закрытыми глазами. Закрепление техники перелезания с предмета на предмет. Игра на внимание 13 «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш»

**МАЙ**

<b>Период</b>	<b>3 -5 лет</b>	<b>5 – 6 лет</b>	<b>6 – 7 лет</b>
<b>1 неделя</b>	ОРУ с б/б мячом. Разучивание техники отбивания мяча от пола. Закрепление техники кружения на месте. Повторение прыжков. П/и «Мяч-ловишка».	ОРУ с б/б мячом. Разучивание техники ведения б/б мяча в движении. Закрепление техники кружения парами. Повторение прыжков в высоту с места. П/и «Мяч-ловишка».	ОРУ с б/б мячом. Разучивание техники ведения б/б мяча в движении с изменением темпа и направления. Закрепление техники кружения парами. Повторение прыжков в высоту с места.

	Пальчиковая гимнастика 15	Пальчиковая гимнастика 15	П/и «Мяч-ловишка». Пальчиковая гимнастика 15
<b>2 неделя</b>	ОРУ с большим мячом. Отбивание мяча от пола. Мониторинг. Кружение на месте с открытыми и закрытыми глазами. Повторение прыжков. П/и «Мяч-ловишка». Пальчиковая гимнастика 16	ОРУ без предмета Закрепление техники ведения б/б мяча в движении. Повторение лазания по гимнастической лестнице. П/и «Выручи друга» Пальчиковая гимнастика 16	ОРУ без предмета Закрепление техники ведения б/б мяча в движении. Повторение лазания по гимнастической лестнице. П/и «Выручи друга» Пальчиковая гимнастика 16
<b>3 неделя</b>	ОРУ без предмета. П/и Игра на внимание 14 Мониторинг	ОРУ без предмета. Разучивание техники прыжков через скакалку. Повторение кружения на месте, кружения парами. Сохранение равновесия стоя на одной ноге. Эстафеты. Игра на внимание 14 Мониторинг	ОРУ без предмета. Разучивание техники прыжков через скакалку. Повторение кружения на месте, кружения парами. Сохранение равновесия стоя на одной ноге. Эстафеты. Игра на внимание 14 Мониторинг
<b>4 неделя</b>	ОРУ с пляжным мячом. Повторение упражнений с мячом. Мониторинг. «Спортивный Ералаш».	ОРУ с пляжным мячом. Повторение упражнений с мячом. Мониторинг. «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш»	ОРУ с пляжным мячом. Повторение упражнений с мячом. Мониторинг. «Волшебная веревочка» «Спортивный Ералаш».