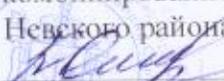


**ПРИНЯТА**

на заседании педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 43  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 29.08. 2025 № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующим ГБДОУ детским садом №43  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
 /О. В. Козловская/  
Приказ от 29.08.2025г. № 82



**Рабочая программа**

инструктора по физической культуре

Никитиной Ларисы Викторовны

для разновозрастной группы №3 «Солнышко»

компенсирующей направленности для детей с задержкой психического развития (ЗПР)

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 43

комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

на 2025-2026 учебный год

Санкт-Петербург

2025

1.	Целевой раздел	3
1.1.	Целевой раздел обязательной части	3
1.1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.2.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	7
1.1.3.	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	8
1.2.	Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений	9
2.	Содержательный раздел	14
2.1.	Содержательный раздел обязательной части	14
2.1.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребёнка, представленным в образовательной области «Физическое развитие»	14
2.1.2.	Особенности взаимодействия с семьями обучающихся	16
2.1.3.	Программа коррекционно-развивающей работы	18
2.1.4.	Рабочая программа воспитания	19
2.2.	Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений	20
2.2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребёнка, представленным в образовательной области «Физическое развитие».	20
2.2.2.	Формы, способы, методы и средства реализации раздела «Физическое развитие»	29
2.2.3.	Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников	32
2.2.4.	Коррекционно-развивающая работа. Взаимодействия учителя – логопеда и инструктора по физической культуре	33
2.2.5.	Календарь праздников и праздничных дат на 2025-26 учебный год	35
3.	Организационный раздел (интегрированные условия реализации обязательной части Программы и части, формируемой участниками образовательных отношений)	39
3.1.	Структура реализации образовательной деятельности	39
3.2.	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников групп	42
3.3.	Создание развивающей предметно - пространственной среды	44
3.4.	Методическое обеспечение образовательной деятельности	46

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Целевой раздел обязательной части

#### 1.1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре Никитиной Л.В спроектирована на основании Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с задержкой психического развития (ЗПР) государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 43 Невского района Санкт-Петербурга с учетом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955) (далее – ФГОС ДО) и Федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1022) и определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательной деятельности по физическому развитию. Рабочая программа является обязательным документом педагога, обеспечивающим систему образовательной и воспитательной работы с детьми 4-7 лет по реализации адаптированной образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ №43 в разновозрастной группе для детей с ЗПР с 12-часовым пребыванием при пятидневной рабочей неделе на русском языке в очной форме.

<b>Цель</b>	Обеспечение условий для физического развития детей с ЗПР, определяемых общими и особыми потребностями обучающихся дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями их развития и состояния здоровья
<b>Задачи</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● реализация содержания АООП ДО для обучающихся с ЗПР;</li><li>● коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ЗПР;</li><li>● охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ЗПР, в том числе их эмоционального благополучия;</li><li>● обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ЗПР в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;</li><li>● создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ЗПР как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно- нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;</li> <li>● формирование общей культуры личности обучающихся с ЗПР, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;</li> <li>● формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ЗПР;</li> <li>● обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ЗПР;</li> <li>● обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.</li> </ul>
<p><b>Принципы и подходы к формированию рабочей программы согласно ФГОС ДО</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Поддержка разнообразия детства.</li> <li>● Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.</li> <li>● Позитивная социализация ребенка.</li> <li>● Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОО) и обучающихся.</li> <li>● Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признании ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.</li> <li>● Сотрудничество ДОО с семьей.</li> <li>● Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.</li> </ul>

<p><b>Специфические принципы и подходы к формированию рабочей программы для обучающихся с ЗПР</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование обучающихся: Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями обучающихся, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать удовлетворению особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, оказанию психолого-педагогической и (или) медицинской поддержки в случае необходимости (Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи).</li> <li>2. Индивидуализация образовательных программ дошкольного образования обучающихся с ЗПР: предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса и учитывает его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.</li> <li>3. Развивающее вариативное образование: принцип предполагает, что содержание образования предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.</li> <li>4. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей: в соответствии со <b>Стандартом</b> Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие обучающихся посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие обучающихся с ЗПР тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития обучающихся с ЗПР дошкольного возраста;</li> <li>5. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы: <b>Стандарты</b> Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою адаптированную образовательную программу. При этом за Организацией остаётся право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).</li> </ol>
<p><b>Краткая характеристика</b></p>	<p>Под термином «задержка психического развития» понимаются синдромы отставания развития психики в целом или отдельных ее функций (моторных, сенсорных, речевых, эмоционально-волевых)</p>

<p><b>особенностей психофизиологического развития детей с ЗПР</b></p>	<p>замедление темпа реализации закодированных в генотипе возможностей. Это понятие употребляется по отношению к детям со слабо выраженной органической или функциональной недостаточностью центральной нервной системы (ЦНС). У рассматриваемой категории детей нет специфических нарушений слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, речи. Они не являются умственно отсталыми. МКБ-10 объединяет этих детей в группу «Дети с общими расстройствами психологического развития» (F84).</p> <p>У большинства детей с ЗПР наблюдается полиморфная клиническая симптоматика: незрелость сложных форм поведения, недостатки мотивации и целенаправленной деятельности на фоне повышенной истощаемости, сниженной работоспособности, энцефалопатических расстройств. В одних случаях у детей страдает работоспособность, в других - произвольность в организации и регуляции деятельности, в-третьих - мотивационный компонент деятельности. У детей с ЗПР часто наблюдаются инфантильные черты личности и социального поведения.</p> <p>Патогенетической основой ЗПР является перенесенное органическое поражение центральной нервной системы, ее резидуально-органическая недостаточность или функциональная незрелость. У таких детей замедлен процесс функционального объединения различных структур мозга, своевременно не формируется их специализированное участие в реализации процессов восприятия, памяти, речи, мышления.</p> <p>Неблагоприятные условия жизни и воспитания детей с недостаточностью ЦНС приводят к еще большему отставанию в развитии. Особое негативное влияние на развитие ребенка может оказывать ранняя социальная депривация.</p> <p>Многообразие проявлений ЗПР обусловлено тем, что локализация, глубина, степень повреждений и незрелости структур мозга могут быть различными. Развитие ребенка с ЗПР проходит на фоне сочетания дефицитарных функций и/или функционально незрелых с сохранными.</p>
<p><b>Нормативно-правовое обеспечение</b></p>	<p>Данная рабочая Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании».</li> <li>● ФГОС дошкольного образования (утв. Приказом Министерства Образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155).</li> <li>● Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373).</li> <li>● Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования (утв. Приказом Министерства просвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1022).</li> <li>● Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 2 от 28.02.2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические</li> </ul>

	<p>нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».</p>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 28 от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения отдыха и оздоровления детей и молодежи».</li> <li>● Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 21 июня 2021 г. № 03-925 «Методические рекомендации по реализации образовательных программ дошкольного образования с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий».</li> <li>● Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с задержкой психического развития ГБДОУ детского сада № 43 Невского района Санкт-Петербурга.</li> </ul>
<p><b>Срок реализации и рабочей программы</b></p>	<p>2025-2026 учебный год</p>

<p><b><u>1.1.2.Планируемые результаты</u></b></p> <p><b>освоен</b></p> <p><b>ия рабочей программы</b></p>	<p>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.</p> <p>На этапе завершения освоения Программы ребенок:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) выбирает род занятий, участников по совместной деятельности, избирательно и устойчиво взаимодействует с детьми;</li> <li>2) участвует в коллективном создании замысла в игре и на занятиях;</li> <li>3) регулирует свое поведение в соответствии с усвоенными нормами и правилами, проявляет кооперативные умения в процессе игры, соблюдая отношения партнерства, взаимопомощи, взаимной поддержки;</li> <li>4) отстаивает усвоенные нормы и правила перед ровесниками и педагогическим работником, стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от педагогического работника;</li> <li>5) выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции педагогических работников: согласованные движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;</li> <li>6) осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений;</li> <li>7) знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр с элементами спорта;</li> </ol>
---	--

	8) владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).
--	--

### 1.1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

**Оценивание качества** направлено в первую очередь на оценивание созданных условий в процессе образовательной деятельности. Программой не предусматривается оценивание качества образовательной деятельности на основе достижения детьми с ОВЗ планируемых результатов освоения Программы.

**Целевые ориентиры**, представленные в Программе:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития обучающихся с ОВЗ;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями обучающихся с ОВЗ;
- не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки обучающихся;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Степень реального развития обозначенных целевых ориентиров и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования могут существенно варьировать у разных обучающихся в силу различий в условиях жизни и индивидуальных особенностей развития конкретного ребенка.

**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 должны учитывать не только возраст ребенка, но и уровень развития его личности, степень выраженности различных нарушений, а также индивидуально-типологические особенности развития ребенка.

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

педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации.

## **1.2. Целевой раздел части, формируемой участниками образовательных отношений**

### **1.2.1. Пояснительная записка.**

Часть АОП ДО ГБДОУ №43, формируемой участниками образовательных отношений представлена авторской программой ГБДОУ №43 «Городская среда как пространство социализации дошкольников. Основы экологии, экономики, краеведения для маленьких петербуржцев», которая предназначена для детей от 3-х до 7-ми лет. Из многообразия направлений развития ребенка авторы выбрали наиболее востребованные для жителя Санкт-Петербурга: экология, краеведение, экономика. Программа учитывает интересы современного дошкольника. В детской деятельности современного ребенка можно увидеть стремление к интеграции, то есть объединению разных видов деятельности в один процесс. Он уверенно комбинирует разные виды деятельности, объединяет их между собой, потому что ему так комфортнее и все можно успеть. Особенностью программы является объединение в одной программе трех направлений, что дает возможность для установления связи между образовательными нуждами и жизнью общества, для погружения дошкольника в актуальные проблемы жизнедеятельности человека в городской среде, приобретения детьми дополнительного социального опыта, создания предпосылок для формирования активной жизненной позиции.

**Цель:** построение системы коррекционно-развивающей работы, предусматривающее полное взаимодействие и преемственность действий всех специалистов дошкольного образовательного учреждения и родителей детей, выравнивание речевого и психофизического развития детей, формирование основ базовой культуры личности, подготовку к жизни в современном обществе через интеграцию экологического воспитания, петербурговедения и экономического воспитания.

Задачами физического воспитания в части, формируемой участниками образовательных отношений, являются:

- Создание оптимальных условий для коррекционно-развивающей работы, обеспечивающих физическое развитие.
- Воспитание ответственного отношения к своему здоровью и состоянию окружающей среды; осознанно-ценностного отношения к культурному наследию Санкт-Петербурга, любви к родному городу.
- Формирование первоначальных представлений о роли спорта в жизни Санкт-Петербурга (спортивные сооружения, достижения спортсменов, виды спорта), воспитание гордости за спортивные успехи города и его жителей.

### **1.2.2. Описание подходов к педагогической диагностике индивидуального развития воспитанников в образовательной области: "Физическое развитие"**

Объект Педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	Наблюдение Контрольно-диагностические физкультурные занятия	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	сентябрь май

### Методика изучения особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у детей дошкольного возраста:

#### Оценка физических качеств

Физическими (двигательными) качествами называются отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека: *быстрота, сила, гибкость, выносливость и ловкость*. Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

*Быстрота.* Быстрота — это способность выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий. В качестве тестового предлагается бег на 30 м. Длина беговой дорожки должна быть на 5-7 м больше, чем длина дистанции. Линия финиша наносится сбоку короткой чертой, а за ней на расстоянии 5-7 м ставится хорошо видимая с линии старта черта - ориентир (флажок на подставке, куб), чтобы избежать замедления ребенком движения на финише. По команде «На старт, внимание!» поднимается флажок, и по команде «Марш!» ребенок с максимальной скоростью стремится добежать до финиша. После отдыха нужно предложить ребенку еще две попытки. В протокол заносится результат лучшей из трех попыток.

*Сила.* Сила — это способность преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения. Проявление силы обеспечивается в первую очередь силой и концентрацией нервных процессов, регулирующих деятельность мышечного аппарата. Сила рук измеряется специальным ручным динамометром, сила ног - становым динамометром.

*Скоростно-силовые качества.* Скоростно-силовые возможности плечевого пояса и мышц ног можно измерить по расстоянию, на которое ребенок бросает двумя руками набивной мяч массой 1 кг, и прыгает в длину с места. Это связано с тем, что прыжок и бросок набивного мяча требуют не только значительных мышечных усилий, но и быстроты движений. Метание набивного мяча массой 1 кг проводится способом из-за головы двумя руками. Ребенок совершает 2—3 броска; фиксируется лучший результат.

*Прыжок в длину с места.* Для проведения прыжков нужно положить мат и сделать вдоль него разметку. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) разместить три флажка и

предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется три раза, фиксируется лучшая из попыток.

*Ловкость.* Ловкость — это способность быстро овладеть новыми движениями, способность быстро обучаться, быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. Развитие ловкости происходит при условии пластичности нервных процессов, способности к ощущению и восприятию собственных движений и окружающей обстановки. Ловкость можно оценить по результатам бега на дистанцию 10 м: она определяется как разница во времени, за которое ребенок пробегает эту дистанцию с поворотом (5 м + 5 м) и по прямой. Ребенку следует дать две попытки с перерывом для отдыха между ними. Для повышения интереса и результативности действий задание лучше выполнять в условиях соревнования.

*Выносливость.* Выносливость — это способность противостоять утомлению в какой-либо деятельности. Выносливость определяется функциональной устойчивостью нервных центров, координацией функций двигательного аппарата и внутренних органов. Выносливость можно оценить по результату непрерывного бега в равномерном темпе: на дистанцию 100 м - для детей 4 лет; 200 м - для детей 5 лет; 300 м - для детей 6 лет; 1000 м - для детей 7 лет. Тест считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки. *Гибкость.* Гибкость - морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев. Гибкость характеризует эластичность мышц и связок. Гибкость оценивается при помощи упражнения: наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой не менее 20-25 см. Для измерения глубины наклона линейку или планку прикрепляют таким образом, чтобы нулевая отметка соответствовала уровню плоскости опоры. Если ребенок не дотягивается кончиками пальцев до нулевой отметки, то результат определяется со знаком «минус». При выполнении упражнения ноги в коленях сгибаться не должны.

### **Возрастно-половые показатели развития гибкости у детей дошкольного возраста**

Наклон ниже уровня скамейки, см.

6 лет Мальчики 3-6 Девочки 4-8.

#### **Оценка освоения основных движений детьми дошкольного возраста (изучение двигательного опыта детей).**

Наряду с особенностями развития физических качеств важно оценить имеющийся двигательный опыт, представленный основными движениями, и качество выполнения различных заданий. Критерии оценки основных движений зависят от возраста, ребенка. До трех лет можно применять достаточно простую оценку — «умеет», «не умеет». В дальнейшем предпочтение следует отдавать более точной системе оценки результатов — в баллах:

- все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения (5 баллов);
- при выполнении теста допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат (4 балла);
- тест выполняется с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от заданной модели (3 балла);
- упражнение практически не выполнено, однако ребенок делает попытки (1—2 элемента движения) к его выполнению (2 балла);
- ребенок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить (0 баллов). Пятибалльная система оценки результатов тестирования двигательных навыков позволяет не только получить достаточно объективную картину физической

подготовленности отдельных детей, но и выявить уровень развития детей группы, сравнить их с показателями детей другой возрастной группы, и даже появляется возможность сравнить уровень физической подготовленности детей всего дошкольного учреждения. Результаты в баллах заносятся в протокол.

Прыжки в длину с места

Младший возраст. 1. Исходное положение: небольшое приседание на слегка расставленных ногах. 2. Толчок: отталкивание одновременно двумя ногами. 3. Полет: ноги слегка согнуты, положение рук свободное.

2. Приземление: мягко, одновременно на две ноги.

Метание Метание вдаль.

Младший возраст. 1. И.п.: стоя лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. 2. Замах: небольшой поворот вправо. 3. Бросок: с силой (для сохранения направления полета предмета).

Методика обследования метания.

Метание вдаль проводится на площадке (длина не менее 10—20 м, ширина 5—6 м), которую следует заранее разметить на метры флажками или цифрами. Мешочки или мячи удобно положить в ведерки (коробки) для каждого ребенка. Воспитатель уточняет порядок выполнения задания: по команде бросить мешочек (мяч) в определенном направлении, затем по команде собрать мешочки (мячи). Метание в цель проводится индивидуально, каждому ребенку также дается по три попытки каждой рукой.

### **Диагностика физической подготовленности предусматривает:**

Выполнение контрольных нормативов в каждой возрастной группе.

Контроль осуществляется методом тестирования, причём на протяжении длительного периода времени (3 года – средняя, старшая, подготовительная группы) используются одни и те же тесты, чтобы проследить динамику развития ребёнка.

Динамика показателей (положительная или отрицательная) свидетельствует об адекватности возрастных изменений и степени влияния процесса обучения.

Уровень развития физических качеств оценивается путём сравнения количественных (цифровых) показателей (м, сек, количество раз) с контрольными нормативами (региональными или федеральными) для детей данной возрастной группы.

Степень сформированности двигательных умений и навыков оценивается в баллах (приблизительно). Техника выполнения ребёнком движения примерна, вариативна и не является самоцелью в работе. Тем не менее, педагог должен отчётливо представлять себе и основу

техники, и её детали, уметь грамотно показать движение, помочь освоить рациональный способ его выполнения, оценить движения каждого ребёнка, понять причину ошибок.

баллы	уровень навыка	характеристика
5	высокий	правильно выполняются все основные элементы движения
4	выше среднего	почти всегда правильно выполняются все основные элементы движения, иногда допускаются незначительные ошибки
3	средний	ребёнок справляется с большинством элементов техники, допуская некоторые ошибки
2	ниже среднего	имеет место при наличии значительных ошибок
1	низкий	навык практически не выполнен

## 2. Содержательный раздел.

### 2.1. Содержательный раздел обязательной части Программы

#### 2.1.2 Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребёнка, представленным в образовательной области «Физическое развитие»

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.

В сфере становления у обучающихся ценностей здорового образа жизни педагогические работники способствуют развитию у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания. Педагогические работники способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия обучающихся в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности обучающихся, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте педагогические работники уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности обучающихся в движении, педагогические работники организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории (горки, качели и другое); подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Педагогические работники поддерживают интерес обучающихся к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании; побуждают обучающихся выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты.

Педагогические работники проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у обучающихся интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

**Основное содержание** образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста:

В ходе физического воспитания обучающихся с ЗПР большое значение приобретает формирование у обучающихся осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления заниматься спортом, желания участвовать в подвижных и спортивных играх с другими детьми и самим организовывать их.

На занятиях физкультурой реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Этот принцип обеспечивает непрерывность, преемственность в обучении и воспитании. В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

Продолжается физическое развитие обучающихся (объем движений, сила, ловкость, выносливость, гибкость, координированность движений). Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у обучающихся в различные режимные моменты: на утренней зарядке, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов.

Физическое воспитание связано с развитием музыкально-ритмических движений, с занятиями логоритмикой, подвижными играми. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик (глазная, адаптационная, корригирующая, остеопатическая), закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные праздники и развлечения. При наличии бассейна обучающиеся обучают плаванию, организуя в бассейне спортивные праздники и другие спортивные мероприятия.

Продолжается работа по формированию правильной осанки, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений обучающиеся учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Педагогические работники привлекают обучающихся к активному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов.

В этот возрастной период в занятия с детьми с ЗПР вводятся комплексы аэробики, а также различные импровизационные задания, способствующие развитию двигательной креативности обучающихся.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. Важно вовлекать обучающихся с ЗПР в различные игры-экспериментирования, викторины, игры-этюды, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал, связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период педагогические работники разнообразят условия для формирования у обучающихся правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную, привлекательную для обучающихся, современную, эстетичную бытовую среду. Обучающихся стимулируют к самостоятельному выражению своих потребностей, к осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации (умывание, мытье рук, уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, столовых приборов, уход за полостью рта, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками).

В этот период является значимым расширение и уточнение представлений обучающихся с ЗПР о человеке (себе, других детях, педагогическом работнике, родителях (законных представителях), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Педагогические работники продолжают знакомить обучающихся на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные, но значимые представления о целостности организма. В этом возрасте обучающиеся уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью "Социально-коммуникативное развитие", формируя у обучающихся представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы обучающиеся усвоили речевые образцы того, как надо позвать педагогического работника на помощь в обстоятельствах нездоровья

### **Особенности взаимодействия с семьями обучающихся**

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями дошкольников с ЗПР:

1. Формирование базового доверия к миру, к людям, к себе - ключевая задача периода развития ребенка в период дошкольного возраста.
2. С возрастом число близких людей увеличивается. В этих отношениях ребенок находит безопасность и признание, они вдохновляют его исследовать мир и быть открытым для нового. Значение установления и поддержки позитивных надежных отношений в контексте реализации Программы сохраняет свое значение на всех возрастных ступенях.
3. Процесс становления полноценной личности ребенка происходит под влиянием различных факторов, первым и важнейшим из которых является семья. Именно родители (законные представители), семья в целом, вырабатывают у обучающихся комплекс базовых социальных ценностей, ориентации, потребностей, интересов и привычек.

4. Взаимодействие педагогических работников Организации с родителями (законными представителями) направлено на повышение педагогической культуры родителей (законных представителей). Задача педагогических работников - активизировать роль родителей (законных представителей) в воспитании и обучении ребенка, выработать единое и адекватное понимание проблем ребенка.

5. Укрепление и развитие взаимодействия Организации и семьи обеспечивают благоприятные условия жизни и воспитания ребёнка, формирование основ полноценной, гармоничной личности. Главной ценностью педагогической культуры является ребенок - его развитие, образование, воспитание, социальная защита и поддержка его достоинства и прав человека.

6. Основной целью работы с родителями (законными представителями) является обеспечение взаимодействия с семьей, вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс для формирования у них компетентной педагогической позиции по отношению к собственному ребенку.

7. Реализация цели обеспечивает решение следующих задач:

- выработка у педагогических работников уважительного отношения к традициям семейного воспитания обучающихся и признания приоритетности родительского права в вопросах воспитания ребенка;
- вовлечение родителей (законных представителей) в воспитательно-образовательный процесс;
- внедрение эффективных технологий сотрудничества с родителями (законными представителями), активизация их участия в жизни детского сада.
- создание активной информационно-развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе;
- повышение родительской компетентности в вопросах воспитания и обучения обучающихся.

8. Работа, обеспечивающая взаимодействие семьи и дошкольной организации, включает следующие направления:

- аналитическое - изучение семьи, выяснение образовательных потребностей ребёнка с ЗПР и предпочтений родителей (законных представителей) для согласования воспитательных воздействий на ребенка;
- коммуникативно-деятельностное - направлено на повышение педагогической культуры родителей (законных представителей); вовлечение родителей (законных представителей) в воспитательно-образовательный процесс; создание активной развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе.
- информационное - пропаганда и популяризация опыта деятельности Организации; создание открытого информационного пространства (сайт Организации, форум, группы в социальных сетях).

## **Программа коррекционно-развивающей работы (п.43 ФАОП ДО)**

Программа коррекционной работы **обеспечивает:**

- выявление особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обусловленных недостатками в их психофизическом и речевом развитии;
- осуществление индивидуально-ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с ЗПР с учетом их психофизического, речевого развития, индивидуальных возможностей и в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии;
- возможность освоения детьми с ЗПР адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования.

**Задачи программы:**

- 1) определение особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обусловленных уровнем их развития и степенью выраженности нарушения;
- 2) коррекция речевых нарушений на основе координации педагогических, психологических и медицинских средств воздействия;
- 3) оказание родителям (законным представителям) обучающихся с ЗПР консультативной и методической помощи по особенностям развития обучающихся с ЗПР и направлениям коррекционного воздействия.

**Программа коррекционной работы предусматривает:**

- проведение индивидуальной и подгрупповой работы, обеспечивающей удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР с целью преодоления неречевых и речевых расстройств;
- достижение уровня развития, оптимального для ребёнка, и обеспечивающего возможность использования освоенных умений и навыков в разных видах детской деятельности и в различных коммуникативных ситуациях;
- обеспечение коррекционной направленности при реализации содержания образовательных областей и воспитательных мероприятий;
- психолого-педагогическое сопровождение семьи (законных представителей) с целью ее активного включения в коррекционно-развивающую работу с детьми; организацию партнерских отношений с родителями (законными представителями).

**Коррекционно-развивающая работа всех педагогических работников** дошкольной образовательной организации включает:

- 1) системное и разностороннее развитие речи и коррекцию речевых расстройств (с учетом уровня речевого развития, механизма, структуры речевого дефекта у обучающихся с ЗПР);
- 2) социально-коммуникативное развитие;
- 3) развитие и коррекцию сенсорных, моторных, психических функций у обучающихся с ЗПР;

- 4) познавательное развитие,
- 5) развитие высших психических функций;
- 6) коррекцию нарушений развития личности, эмоционально - волевой сферы с целью максимальной социальной адаптации ребёнка с ЗПР;
- 7) различные формы просветительской деятельности (консультации, собрания, лекции, беседы, использование информационных средств), направленные на разъяснение участникам образовательных отношений, в том числе родителей (законных представителей), вопросов, связанных с особенностями образования обучающихся с ЗПР.

Программа коррекционной работы предусматривает **вариативные формы** специального сопровождения обучающихся с ЗПР. Варьироваться могут степень участия специалистов сопровождения, а также организационные формы работы, что способствует реализации и развитию потенциальных возможностей обучающихся с ЗПР и удовлетворению их особых образовательных потребностей.

**Общими ориентирами в достижении результатов программы коррекционной работы являются:**

***Средняя группа (от 4 до 5 лет)***

1. *Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).* Развитие движений соответствует возрастной норме; движения хорошо координированы и энергичны; выполняются ловко, выразительно, красиво. Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития и физических качеств.
2. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).* Умения и навыки в основных движениях соответствуют возрастным возможностям. Доступны традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево). Доступно освоение главных элементов техники: в беге – активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках – энергичного толчка и маха руками вперед-вверх; в метании – исходного положения, замаха; в лазании – чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание разными способами: пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Выполняет прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе-ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5- 10 см; прыжки в длину с места; вверх с места на высоту 15-20 см). Сохраняет равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Соблюдает правила в подвижных играх. Соблюдает правила, согласовывает движения, ориентируется в пространстве. Развито умение ходить и бегать разными видами бега свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя координацию движений рук и ног. Сформировано умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Сохраняет правильную осанку самостоятельно в положениях сидя и стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Новые движения осваивает быстро. Соблюдает технику выполнения ходьбы, бега, лазанья и ползанья. Правильно выполняет хват перекладины во время лазанья. Энергично отталкивает мяч при катании и бросании; ловит мяч двумя руками одновременно. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты,

на месте и с продвижением вперед; на двух ногах и поочередно на одной ноге; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. В играх выполняет сложные правила, меняет движения. Сформированы навыки доступных спортивных упражнений: катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипедах: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

*3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.* Активно участвует в совместных играх и физических упражнениях. Выполняет правила в подвижных играх, реагирует на сигналы и команды. Развит интерес, самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений и подвижных игр, при этом переживает положительные эмоции. Пользуется физкультурным инвентарем и оборудованием в свободное время. Сформировано желание овладевать навыками доступных спортивных упражнений. Объем двигательной активности соответствует возрастным нормам.

### ***Старшая группа (от 5 до 6 лет)***

*1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).* Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения – у мальчиков, гибкость – у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.

*2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).* Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Способен выполнить общеразвивающие упражнения с различными предметами, тренажерами. Доступны энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег на носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Выполняет разные виды прыжков: в длину, ширину, высоту, глубину, соблюдая возрастные нормативы. Прыгает через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Выполняет разнообразные движения с мячами: прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами, бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками, отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием, играх-эстафетах. Участвует в спортивных играх: в городках, баскетболе по упрощенным правилам. В футболе доступно отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг ног. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности.

*3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.* Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и грациозность

движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях со сверстниками. Помогает взрослым готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

### **Рабочая программа воспитания.**

Рабочая программа воспитания для образовательных организаций, реализующих адаптированные образовательные программы дошкольного образования (далее – программа воспитания), предусматривает обеспечение процесса разработки рабочей программы воспитания на основе требований Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации.

Структура Программы воспитания включает три раздела: целевой, содержательный и организационный, содержание которых представлено цитированием содержания и указанием ссылок на соответствующие разделы и страницы текста Федеральной рабочей программы воспитания.

**Общая цель воспитания** (ФАОП ДО п. 49.1.1) - личностное развитие дошкольников с ОВЗ и создание условий для их позитивной социализации на основе базовых ценностей российского общества через:

- 1) формирование ценностного отношения к окружающему миру, другим людям, себе;
- 2) овладение первичными представлениями о базовых ценностях, а также выработанных обществом нормах и правилах поведения;
- 3) приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

Представлена в разделе 2.1.7.АОП ДО ГБДОУ №43

Месяц	Задачи	ОРУ	1 часть  ОВД	2 часть ОВД ( с усложнением)	3 часть  Подвижные игры	Литература
Сентябрь 1 занятие Здравствуй , детский сад!	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании	без предметов	Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.) Подается сигнал воспитателя к ходьбе (под удары в бубен или музыкальное сопровождение) колонной по одному за ведущим в обход зала. На следующий сигнал выполняется бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются	Основные виды движений. 1. Упражнения в равновесии - ходьба и бег между двумя линиями (ширина 15 см, длина 3 м). При ходьбе руки на пояс. В беге руки произвольно, свободно балансируют. Ходьба и бег в чередовании: главное не наступать на шнуры. 2. Прыжки - подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом вправо и влево в чередовании с небольшой паузой (3-4 раза). Подвижная игра «Найди себе пару	Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.	Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском <u>сад</u> у: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112 с. Стр.19
2-занятие	. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	без предметов	Построение в шеренгу, проверка равнения (обычно используется какой-либо ориентир - шнуры, квадраты и т. д.) Подается сигнал воспитателя к ходьбе (под удары в бубен или музыкальное сопровождение) колонной по одному за ведущим в обход зала. На следующий сигнал выполняется бег. Упражнения в ходьбе и беге чередуются.	1. Ходьба между двумя линиями (ширина 20 см). Выполняется двумя колоннами поточным способом друг за другом. После того как все дети пройдут между двумя линиями, подается сигнал к бегу, и так в чередовании 3-4 раза. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до кубика (кегли), на расстояние 3-4 м. Повторить 2 раза. Содержание занятия (каждое второе занятие в неделю), обозначенного звездочкой (*), аналогично предыдущему. Предлагаются лишь некоторые	Ходьба в колонне по одному, помахивая платочком над головой.	Стр.20

				<p>изменения в основных движениях. По своему усмотрению педагог может вносить дополнения в различные части занятия, в том числе и свои варианты подвижных игр.</p> <p>Подвижная игра «Найди себе пару»</p>		
3 занятие	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	без предметов	<p>Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Педагог объясняет задание; во время ходьбы произносит: «Зайки!», дети останавливаются и выполняют прыжки на двух ногах на месте, затем продолжают ходьбу. После ходьбы переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Перестроение в три колонны.</p>	<p>1. Прыжки «Достань до предмета» - подпрыгивание на месте на двух ногах. Выполняется серией прыжков по 3-4 подряд, затем пауза и снова прыжки по сигналу воспитателя (3-4 раза).</p> <p>2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2 м). Способ - стойка на коленях, сидя на пятках (10-12 раз для каждой группы). Подвижная игра «Самолеты».</p>	Ходьба в колонне по одному.	Стр.21
4 занятие Урожай! Урожай! Наше лето провожай!	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	ОРУ с флажками	<p>Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя. Педагог объясняет задание; во время ходьбы произносит: «Зайки!», дети останавливаются и выполняют прыжки на двух ногах на месте, затем продолжают ходьбу. После</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах вверх - «Достань до предмета» (4- 5 прыжков). Упражнение выполняется фронтальным способом или поочередно двумя шеренгами (3-4 раза).</p> <p>2. Прокатывание мячей друг другу (изменить способ выполнения и исходное</p>	Ходьба в колонне по одному. Загадки об овощах и фруктах	Стр.21

			<p>ходьбы переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Перестроение в три колонны.</p>	<p>положение ног). По 10-15 раз каждой группой.</p> <p>3. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 5 м) выполняется двумя шеренгами до обозначенного места (ориентир - кубик, мяч).</p> <p>Подвижная игра «Огуречик, огуречик».</p>		
5 занятие	<p>Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур .</p>	ОРУ с флажками	<p>Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании). После ходьбы в колонне по одному и по дорожке (ширина 20 см) воспитатель подает сигнал к бегу врассыпную по всему залу. Задания в ходьбе и беге повторяются. Воспитатель предлагает каждому ребенку взять мяч (мячи заранее разложены на стульях или скамейках). Перестроение в круг.</p>	<p>1. Прокатывание мяча друг другу двумя руками (исходное положение - стойка на коленях). Расстояние между шеренгами 2 м. Каждая группа прокатывает мяч 10-12 раз.</p> <p>2. Ползание под шнур, не касаясь руками пола (высота от уровня пола 50 см). После выполнения общеразвивающих упражнений дети кладут мячи в указанное воспитателем место (большая корзина, короб). У детей второй группы мячи остаются в руках. Воспитатель выкладывает два шнура в виде дорожки - они служат ориентиром для построения детей.</p> <p>Подвижная игра «Огуречик, огуречик ...</p>	<p>Ходьба в колонне по одному; ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой</p>	Стр.23
6 занятие	<p>Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге</p>	ОРУ с флажками	<p>Ходьба в колонне по одному между двумя линиями; бег врассыпную</p>	<p>1. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (10-12 раз). Упражнение выполняется по</p>	<p>Ходьба в колонне по одному;</p>	Стр 23

	врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур .		(повторить 2-3 раза в чередовании). После ходьбы в колонне по одному и по дорожке (ширина 20 см) воспитатель подает сигнал к бегу врассыпную по всему залу. Задания в ходьбе и беге повторяются. Воспитатель предлагает каждому ребенку взять мяч (мячи заранее разложены на стульях или скамейках). Перестроение в круг.	команде воспитателя: «Бросили!», дети ловят мяч произвольно. 2. Лазанье под дугу выполняется поточным способом двумя колоннами (3-4 дуги на расстоянии 1 м одна от другой). При лазанье под дугу необходимо сгруппироваться «в комочек» и пройти под дугой, не задевая верхнего края. 3. Прыжки на двух ногах между кубиками (кеглями), поставленными в один ряд на расстоянии 0,5 м один от другого. Дистанция составляет 3-4 м. Подвижная игра «Огуречик, огуречик ... ».	ходьба на носках, с различными положениями рук в чередовании с обычной ходьбой	
7 занятие Осень. Деревья	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Воробышки!» - остановиться и сказать: «Чик-чирик», а затем продолжить ходьбу; бег врассыпную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Построение в три колонны	1. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола, в группировке 2. Ходьба на носках по доске, лежащей на полу Подвижная игра «У медведя во бору».	Игра малой подвижности «Где постучали?» Дыхательная гимнастика «Большие деревья»	Стр.24
8 занятие	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы;	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Воробышки!» -	1. Равновесие: ходьба по доске, лежащей на полу, с перешагиванием через кубики (3-4 кубика или 3 набивных мяча),	Игра малой подвижности «Где постучали?».	Стр.26

	закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры		остановиться и сказать: «Чик-чирик», а затем продолжить ходьбу; бег в рассыпную. Ходьба и бег проводятся в чередовании. Построение в три колонны	руки на поясе (или свободно балансируют). 2. Лазанье под шнур (дугу) с опорой на ладони и колени. Дуги расположены на расстоянии 1 м одна от другой 3. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед (дистанция 3 м) до обозначенного места (кубик, мяч). Подвижная игра «У медведя во бору»		
9 занятие	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	ОРУ с флажками	Ходьба в колонне по одному; бег — 20 м; ходьба — 10 м. Ходьба и бег между предметами	. Игровые упражнения: 1. «Быстро передай». 2. «Пройди — не задень». 3. Подвижная игра «Совушка».	Игра «Летает — не летает».	Стр.26
10 занятие Осень. Дары леса	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях;	ОРУ с палкой	Ходьба и бег по кругу в чередовании по сигналу воспитателя. Поворот в ходьбе, беге производится в движении по сигналу.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Общеразвивающие упражнения с палками</li> <li>● Основные виды движений:</li> </ul> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях двумя колоннами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке; на середине скамейки	Ходьба в колонне по одному. Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «КОТОМ».	26

	в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры			присесть, хлопнуть в ладоши, выпрямиться и пройти дальше. 3.Прыжки из обруча в обруч. 4.Подвижная игра «У медведя во бору».	Загадки о домашних животных	
11 занятие	. Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры	ОРУ с палкой	Лазанье в обруч, который держит партнер, правым и левым боком, стараясь не задеть верхний край. 2.Ходьба боком приставным шагом, перешагивая через набивные мячи, положенные на расстоянии трех шагов ребенка один от другого. Выполняется двумя колоннами поточным способом. 3.Прыжки на правой и левой ноге через шнуры (расстояние между шнурами 0,5 м): два прыжка на одной ноге, при втором прыжке выполняется перепрыгивание и далее прыжки на другой ноге.		Ходьба в колонне по одному Загадки о диких животных	Стр.28
12 занятие	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя,	ОРУ с палкой	Ходьба в колонне по одному с различным положением рук, переход	Игровые упражнения: 1.«Прыжки по кругу». 2. «Проведи мяч».	Игра «Фигуры».	Стр.29

	упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта»		на бег по сигналу воспитателя и продолжительный бег (до одной минуты), переход на ходьбу. Построение в круг.	3. «Круговая лапта».		
Октябрь 1 занятие Овощи, фрукты	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (расстояние между шнурами - 40 см). Затем проводятся упражнения в перешагивании (перепрыгивании) проводятся в беге (расстояние между шнурами 60 см). По одной стороне зала воспитатель раскладывает шнуры для перешагивания, а по другой для перепрыгивания, в соответствии с длиной шага в ходьбе и беге.	. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке. Руки на поясе, на середине скамейки присесть, руки в стороны, встать, пройти до конца скамейки и сойти, не спрыгивая. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед до предмета (кубик, кегля), на расстояние 3 м (повторить). Подвижная игра «Сбор картофеля»	Ходьба в колонне по одному на носках. Загадки о овощах и фруктах.	Стр.30
2 занятие	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному, по команде воспитателя переход на ходьбу с перешагиванием через шнуры (расстояние между шнурами - 40 см). Затем проводятся	. 1.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (3-4 раза). 2. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через нее,	Ходьба в колонне по одному на носках, как мышки, за «котом».	Стр.32

	(земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.		упражнения в перешагивании (перепрыгивании) проводятся в беге (расстояние между шнурами 60 см). По одной стороне зала воспитатель раскладывает шнуры для перешагивания, а по другой для перепрыгивания, в соответствии с длиной шага в ходьбе и беге	а затем пройти в конец своей колонны. Дистанция 4 м. Повторить 2 раза.  Подвижная игра «Кот и мыши»		
3 занятие	Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по дорожке (ширина 15-20 см): главное - не наступать на линии; ходьба и бег в рассыпную с остановкой по сигналу воспитателя. Ходьба и бег проводятся в чередовании.	Игровые упражнения. «Мяч через шнур (сетку)». Кто быстрее доберется до кегли».	Подвижная игра «Найди свой цвет!».	Стр.32
4 занятие Овощи, фрукты	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу,	ОРУ без предметов	Построение в шеренгу. Воспитатель предлагает детям внимательно посмотреть, кто рядом с кем стоит, запомнить какие-либо ориентиры. Подает команду к ходьбе в колонне по одному. На следующую команду: «По местам!» - дети стараются занять свое место в	- Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах (2-3 раза).  - Прокатывание мячей друг другу (10-12 раз).  Подвижная игра «Сбор урожая»	Ходьба. Загадки об овощах и фруктах.	Стр.33

	развивая точность направления движения.		шеренге. Ходьба врассыпную и бег врассыпную. Построение в три колонны			
5 занятие	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	ОРУ без предметов	Построение в шеренгу. Воспитатель предлагает детям внимательно посмотреть, кто рядом с кем стоит, запомнить какие-либо ориентиры. Подает команду к ходьбе в колонне по одному. На следующую команду: «По местам!» - дети стараются занять свое место в шеренге. Ходьба врассыпную и бег врассыпную. Построение в три колонны.	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат на расстоянии 0,25 м один от другого) выполняются поточным способом (3-4 раза). 2. Прокатывание мяча между 4-5 предметами (кубики или набивные мячи), поставленными в один ряд на расстоянии 1 м один от другого. Прокатывание мяча, подталкивая его двумя руками, сложенными «совочком».	. «Автомобили поехали в гараж»	Стр.34
6 занятие	Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	ОРУ без предметов	Построение в колонну по одному, ходьба и бег в колонне по одному. По сигналу воспитателя дети выполняют следующие задания в ходьбе: руки в стороны, на пояс; хлопки в ладоши. Бег на носках в чередовании с обычным бегом.	Игровые упражнения. 1.«Подбрось - поймай».. 2.«Кто быстрее» (эстафета). Повторить 2-3 раза. Подвижная игра «Ловишки»	Ходьба в колонне по одному. Впереди идет самый ловкий ловишка.	Стр.34
7 занятие	Повторить ходьбу в колонне по одному,	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному, ходьба с	1.Прокатывание мяча в прямом направлении	Игра малой подвижности	Стр.35

	развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу		перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Воспитатель напоминает детям, что перешагивать через бруски надо попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок закончит упражнение, подается команда к бегу в рассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Построение в круг.	<p>2. Лазанье под шнур, не касаясь руками пола (3-4 раза).</p> <p>Подвижная игра «У медведя во бору».</p>	«Угадай, где спрятано».	
8 занятие	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному, ходьба с перешагиванием через бруски, положенные на расстоянии двух шагов ребенка. Воспитатель напоминает детям, что перешагивать через бруски надо попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок закончит упражнение, подается команда к бегу в рассыпную по всему залу. Упражнения в ходьбе и беге чередуются. Построение в круг.	<p>1. Лазанье под дугу (4-5 дуг) двумя колоннами поточным способом (3-4 раза).</p> <p>2. Прыжки на двух ногах через 4-5 линий (3-4 раза).</p> <p>3. Подбрасывание мяча двумя руками (мячи лежат в 2-3 обручах большого диаметра).</p>	Игра малой подвижности «Угадай, где спрятано».	35

9 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя переход на ходьбу между кубиками, затем бег	1. Игровые упражнения: 1.«Прокати -не уронить». 2. «вдоль дорожки». 3. Подвижная игра «цветные автомобили».	Ходьба в колонне по одному.	Стр.36
10 занятие Я- человек. Тело человека.	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; лазание под дугу, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	ОРУ с мячом	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную	3 Подлезание под дугу 4 Равновесие-ходьба по доске, положенной на пол, перешагивая через кубики 5 Прыжки на двух ногах между набивными мячами, положенными в две линии 6 Игра « Части тела»	Игра « Угадай, кто позвал?».	Стр.36
11 занятие	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; лазание под дугу, упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	ОРУ с мячом	Построение в шеренгу, проверка осанки и равнения; ходьба и бег в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную	1. Лазание под шнур, натянутый на высоте 40 см, с мячом в руках, затем выпрямиться, подняв мяч вверх 2. Прокатить мяч по дорожке, в прямом направлении	Игра « Угадай, кто позвал?».	Стр.37
12 занятие	Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному, переход на ходьбу с высоким подниманием	Игровые упражнения: 1.«Подбрось-поймай». 2. «Мяч в корзину».	Ходьба в колонне по одному	Стр.38

	мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.		колен, руки на поясе; бег врассыпную, ходьба и бег проводятся в чередовании.	3. «Кто скорее по дорожке» «Лошадки»		
Ноябрь 1 занятие Мой дом. Семья	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	ОРУ с кубиками	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики, поставленные на расстоянии двух шагов ребенка (2-3 раза). 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между кубиками, поставленными в ряд на расстоянии 0,5 м (2-3 раза). Подвижная игра «Построй крепость».	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Стр.39
2 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	ОРУ с кубиками	Ходьба и бег между кубиками, поставленными по всему залу произвольно, стараясь не задевать друг друга и кубики. Повторить 2-3 раза. Построение около кубиков	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки в стороны . Страховка воспитателем обязательна. 2. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров). Общая дистанция 3 м 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (диаметр мяча 20-25 см) подряд в произвольном темпе. Подвижная игра «Построй крепость».	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Стр.40
3 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением движения;	ОРУ с кубиками	Ходьба в колонне по одному, ходьба с изменением направления по	Игровые упражнения: «не попадись», «Поймай мяч», «Кролики»	Ходьба в колонне по одному	Стр.40

	ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранение и равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках		сигналу, ходьба между предметами, поставленными в один ряд. «Пробеги-не задень»			
4 занятие Игрушки	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег в рассыпную; ходьба на носках, «как мышки», переход на обычную ходьбу	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 линий (шнуров), повторить 2-3 раза. 2. Прокатывание мячей друг другу (исходное положение - стойка на коленях), 10-12 раз. Подвижная игра «Самолеты». Дети распределяются на три звена и размещаются в разных углах зала. Перед каждым звеном - кубик (кегля) определенного цвета	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».	Стр.41
5 занятие	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя. Ходьба и бег в рассыпную; ходьба на носках, «как мышки», переход на обычную ходьбу.	1. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами (кубики, набивные мячи, кегли). Дистанция 3 м. Выполняется двумя колоннами поточным способом 2-3 раза. (Внимание - энергичному отталкиванию от пола и взмаху рук.) 2. Перебрасывание мяча друг другу (стоя в шеренгах на расстоянии 1,5 м одна от другой) двумя руками снизу. Подвижная игра «Самолеты»	Ходьба в колонне по одному, впереди звено, победившее в игре «Самолеты».	Стр.42

6 занятие	Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прям направлении.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному с выполнением заданий для рук; ходьба и бег в рассыпную»	Игровые упражнения: 1.»Не попадись» 2. «Догони мяч». 3. Подвижная игра «Найди себе пару».	Ходьба в колонне по одному	Стр.43
7 занятие Игрушки	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	ОРУ с мячами	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление (поворот кругом в движении); ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег в рассыпную.	Броски мяча о землю и ловля его двумя руками (10-12 раз). Дети располагаются произвольно по всему залу. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Подвижная игра «Лиса и куры».	Ходьба в колонне по одному.	Стр. 43
8 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	ОРУ с мячами	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя изменить направление (поворот кругом в движении); ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, руки на поясе; переход на обычную ходьбу, бег в рассыпную	1. Броски мяча о пол одной рукой и ловля его двумя руками после отскока (10-12 раз). 2. Ползание в шеренгах в прямом направлении с опорой на ладони и ступни - «как медвежата». Дистанция 3 м 3. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в один ряд. Дистанция 3 м. Подвижная игра «Лиса и куры»	Ходьба в колонне по одному	Стр. 44
9 занятие	Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением	ОРУ с мячами	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между предметами, ходьба и бег в рассыпную	1. Игровые упражнения: « Не задень», «Передай мяч», « Догони пару»	Ходьба в колонне по одному	Стр.45

10 занятие Дикие животные	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	ОРУ с флажками	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу (повторить 2-3 раза).	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков скамейки (2-3 раза). 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки на поясе (голову и спину держать прямо). Подвижная игра «Волк и зайцы».	Ходьба в колонне по одному. Загадки про диких животных	Стр. 45
11 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	ОРУ с флажками	Ходьба и бег в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную - по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу (повторить 2-3 раза).	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед, затем выпрямиться и пройти дальше; в конце скамейки сделать шаг вперед-вниз. Положение рук может быть различным - на пояс, в стороны, за голову. Повторить 2 раза. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). 3. Прыжки на двух ногах до кубика (или кегли) на расстояние 3 м (2 раза).	Ходьба в колонне по одному.	Стр.46

## 2.2. Содержательный раздел части, формируемой участниками образовательных отношений.

Содержание образовательной деятельности в части, формируемой участниками образовательных отношений, строится с учетом:

- образовательных потребностей, интересов и интересов детей, членов их семей и педагогов;
- специфики региональных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- возможности педагогического коллектива; сложившихся традиций Организации

Содержание образовательной деятельности основано на комплексно-тематическом принципе с учетом федерального календарного плана, а также некоторых праздников и праздничных дат, специально выбранных коллективом и полностью интегрируется с планом коррекционной работы.

**Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребёнка, представленным в образовательной области «Физическое развитие».**

**Календарное тематическое планирование в разновозрастной группе на 2025-2026 учебный год.**

1 занятие	Упражнять детей в ходьбе и кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках	ОРУ с флажками	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, по сигналу изменить направление движения, ходьба и бег врассыпную	1. Игровые упражнения: 1.«Пингвины» 2. «Кто дальше бросит». 3. Подвижная игра «Самолеты».	Игра малой подвижности по выбору детей.	Стр.47
Декабрь Занятие 1 Дикие животные	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры;	ОРУ с платочком	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала (ориентиры-кубики или кегли); ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в	1. Равновесие - ходьба по шнуру, положенному прямо, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. Длина шнура 2 м. Повторить 2 раза. 2. Прыжки через 4-5 брусков, помогая себе взмахом рук. Высота бруска 6 см.	Игра малой подвижности «Найдем цыпленка»	Стр.48

	развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.		движении с поиском своего места в колонне	Подвижная игра «Лиса и куры».		
2 занятие	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие	ОРУ с платочком	Ходьба и бег в колонне по одному, обозначая повороты на углах зала (ориентиры-кубики или кегли); ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя перестроение в колонну по одному в движении с поиском своего места в колонне	1. Равновесие - ходьба по шнуру, положенному по кругу (спину и голову держать прямо и соблюдать дистанцию друг от друга) 2. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, положенных на расстоянии 40 см один от другого  3. Прокатывание мяча между 4-5 предметами (кубики, набивные мячи), подталкивая его двумя руками снизу и не отпуская далеко от себя. Расстояние между предметами 1 м.  Подвижная игра «Лиса и куры».	Игра малой подвижности «Найдем цыпленка».	Стр.49
3 занятие	Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега: в умении действовать по сигналу воспитателя.	ОРУ с платочком	Ходьба в колонне между сооружениями из снега за воспитателем.	2. Игровые упражнения: 1. «Веселые снежинки». 2. «Кто быстрее до снеговика». 3. «Кто дальше бросит»	Ходьба «змейкой» между снежинками, положенными в одну линию.	Стр.49

4 занятие Зима	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	ОРУ с мячом	Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу. Воспитатель предлагает детям рассчитывать на белочек и зайчиков, запомнить, кто как был назван. Затем сделать шаг вперед (или прыгнуть вперед) каждой «белочке» и взяться за руку с рядом стоящим справа «зайчиком». После того как дети встанут в пары, подается команда к ходьбе в обход зала: «На прогулку». Затем подается команда к бегу в рассыпную, к построению в колонну по одному и перестроению в три колонны. Проходя мимо короба, каждый ребенок берет мяч (диаметр 10-12 см).	1. Прыжки со скамейки (высота 20 см) на резиновую дорожку 2. Прокатывание мяча между предметами Подвижная игра «Снежинки».	Игра малой подвижности по выбору детей	Стр.50
5 занятие	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при	ОРУ с мячом	Ходьба и бег в колонне по одному. Построение в шеренгу. Воспитатель предлагает детям рассчитывать на белочек и зайчиков, запомнить, кто как был назван. Затем сделать шаг	1. Прыжки со скамейки (высота 25 см). 2. Прокатывание мячей между предметами (кубик, набивной мяч). 3. Бег по дорожке (ширина 20 см).	Игра малой подвижности по выбору детей	Стр. 51

	прокатывании мяча между предметами		вперед (или прыгнуть вперед) каждой «белочке» и взяться за руку с рядом стоящим справа «зайчиком». После того как дети встанут в пары, подается команда к ходьбе в обход зала: «На прогулку». Затем подается команда к бегу в рассыпную, к построению в колонну по одному и перестроению в три колонны. Проходя мимо короба, каждый ребенок берет мяч (диаметр 10-12 см).			
6 занятие	Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; в ходьбе ступающим шагом	ОРУ с мячом	Предложить детям разложить лыжи на снегу – справа одну, слева другую; закрепить ноги в лыжные крепления.	Игровые упражнения: 1.«Пружинка». 2. «Разгладим снег».	.Игра «Веселые снежинки»	Стр.51
7 занятие	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу.	1. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 1,5 м (способ двумя руками снизу)  2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени	Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?».	Стр.52

8 занятие	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках	ОРУ без предметов	. Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу.	Подвижная игра «Зайцы и волк» 1. Перебрасывание мяча друг другу с расстояния 2 м (способ - двумя руками из-за головы, ноги в стойке на ширине плеч). 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы - «помедвежь». Дистанция 3-4 м. Повторить 2 раза. 3. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи (две линии по 4-5 мячей), высоко поднимая колени, руки на поясе, не задевая мячи, (мячи поставлены на расстоянии 2-3 шагов ребенка). Выполняется двумя колоннами поточным способом	Игра малой подвижности «Где спрятался зайка?».	Стр.54
9 занятие	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	ОРУ без предметов	Ходьба на лыжах скользящим шагом. До синего флажка скользящим, до красного- ступающим шагом на дистанцию 10 м. Вторая группа детей в это время катается на санках..	Подвижная игра «Зайцы и волк» Игровые упражнения: 1. «Кто дальше». 2. «Снежная карусель».	Ходьба в колонне по одному между зимними постройками	Стр.54
10 занятие	Упражнять в выполнении действий по заданию	ОРУ с кубиками	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу	.Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамейки	Ходьба в колонне по одному.	Стр.54

	воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.		воспитателя остановиться и принять какую-либо позу. Ходьба и бег повторяются.	2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за головой. В конце скамейки сойти, сделав шаг вниз  Подвижная игра «Птички и кошка».		
11 занятие	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии	ОРУ с кубиками	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную, по сигналу воспитателя остановиться и принять какую-либо позу. Ходьба и бег повторяются.	Основные виды движений. 1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке 3. Прыжки на двух ногах	Ходьба в колонне по одному.	Стр. 56
12 занятие	Закрепить навык передвижения на лыжах скользящим шагом.	ОРУ с кубиками	Ходьба и бег между снежными постройками.	Игровые упражнения: 1. «Петушки ходят». 2. «По снежному валу» 3. «Снайперы»	Ходьба между санками, поставленным и в одну линию	Стр.56
январь 1 занятие Ах ты, зимушка зима!	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади	ОРУ с обручем	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными в рассыпную по всему залу. После непродолжительной ходьбы в колонне по одному педагог подает	Основные виды движений. 1. Равновесие-ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. Повторить 3-4 раза. Длина каната или толстой веревки 2-2,5 м. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и	Игра малой подвижности «Найдем кролика!».	Стр.58

	опоры; повторить упражнения в прыжках.		команду к ходьбе между предметами, а затем к бегу между кеглями, поставленными в одну линию вдоль одной стороны зала. Упражнения в ходьбе и беге чередуются	перепрыгивая через него справа и слева (2-3 раза). Подвижная игра «Кролики».		
2 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках	ОРУ с обручем	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег между предметами, поставленными врассыпную по всему залу. После непродолжительной ходьбы в колонне по одному педагог подает команду к ходьбе между предметами, а затем к бегу между кеглями, поставленными в одну линию вдоль одной стороны зала. Упражнения в ходьбе и беге чередуются	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Равновесие-ходьба по канату; носки на канате, пятки на полу, руки за головой</li> <li>2. Прыжки на двух ногах, перепрыгивание через канат справа и слева, продвигаясь вперед, помогая себе взмахом рук</li> <li>3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его руками.</li> </ol>	Игра малой подвижности «Найдем кролика!».	Стр.58
3 занятие	Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения.	ОРУ с обручем	Показать правильную стойку лыжника, обратить внимание на перекрестную работу рук и ног при ходьбе на лыжах	Игровые упражнения: 1. Снежинки-пушинки . 2. «Кто дальше».	Ходьба «змейкой» между предметами за воспитателем	Стр.59
4 занятие Животные Севера	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег врассыпную (2-3 раза). Ходьба в колонне по одному.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки с гимнастической скамейки (высота 25 см) (4-6 раз).</li> <li>2. Перебрасывание мячей друг другу с расстояния 2 м (способ -</li> </ol>	Ходьба в колонне по одному. Изображаем различных	Стр.59

			<p>Воспитатель называет ребенка (стоящего недалеко от ведущего) по имени, тот встает впереди колонны и ведет ее. Через некоторое время подается команда к смене ведущего, педагог называет имя другого ребенка (можно сменить 2-3 ведущих). Подается команда к ходьбе и бегу в рассыпную.</p>	<p>двумя руками снизу) (по 10-12 раз). Подвижная игра «Найди себе пару». « Олени»</p>	<p>животных Севера.</p>	
5 занятие	<p>Задачи. Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках , отбивание малого мяча одной рукой о пол, равновесие-ходьба на носках между предметами</p>	ОРУ с мячом	<p>Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, бег в рассыпную (2-3 раза). Ходьба в колонне по одному. Воспитатель называет ребенка (стоящего недалеко от ведущего) по имени, тот встает впереди колонны и ведет ее. Через некоторое время подается команда к смене ведущего, педагог называет имя другого ребенка (можно сменить 2-3 ведущих). Подается команда к ходьбе и бегу в рассыпную.</p>	<p>1. Отбивание малого мяча одной рукой о пол 3-4 раза подряд и ловля его двумя руками. Повторить 3-4 раза. 2. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед, - прыжком ноги врозь, прыжком ноги вместе и так далее. Расстояние 3 м, повторить несколько раз. 3. Равновесие-ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд на расстоянии 0,4 м один от другого. Дистанция 3 м, повторить 2 раза.</p>	<p>Ходьба в колонне по одному.</p>	Стр.60

6 занятие	Закреплять навык скользящего шага	ОРУ с мячом	Небольшая пробежка без лыж-дистанция 10-12м. Упражнения на лыжах: пружика, веер. Ходьба по лыжне скользящим шагом на расстоянии 30 м.	Игровые упражнения: 1. «Снежная карусель» 2. «Прыжки к елке».	Катание друг друга на санках	Стр. 61
7 занятие	Повторить ходьбу и бег между предметами; не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнении с мячом	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному « Змейкой», между предметами, ходьба с перешагиванием через шнуры, бег враспынную.	23 Отбивание мяча о пол 24 Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни 25 Подвижная игра «Лошадки»	Ходьба в колонне по одному	Стр.62
8 занятие	Повторить ходьбу и бег между предметами; не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнении с мячом	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному « Змейкой», между предметами, ходьба с перешагиванием через шнуры, бег враспынную	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прокатывание мячей друг другу в парах</li> <li>• Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и ступни.</li> <li>• Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперед</li> </ul>	Ходьба в колонне по одному.	Стр.62
9 занятие	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия , в метании снежков на дальность.	ОРУ с косичкой	Дети встают вокруг снежной бабы и по сигналу воспитателя прыжками на двух ногах приближаются к ней. Затем поворачиваются кругом и шагом возвращаются на исходную позицию	Игровые упражнения: 1. «Кто дальше бросит». 2. «Перепрыгни -не задень».	Катание друг друга на санках..	Стр.63

10 занятие	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, умени правильно подлезать через шнур	ОРУ с обручем	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. По сигналу впереди колонны встает названный им ребенок и ведет колонну. Далее бег врассыпную	1. Лазание под шнур боком 2. Равновесие — ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на пояс 3. Подвижная игра « Автомобили»	Ходьба в колонне по одному.	Стр.59
11 занятие	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, умени правильно подлезать через шнур	ОРУ с обручем	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. По сигналу впереди колонны встает названный им ребенок и ведет колонну. Далее бег врассыпную	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Лазание под шнур, не касаясь руками пола, прямо и боком</li> <li>- Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом</li> <li>- Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами.</li> </ul>	Ходьба в колонне по одному	Стр.64
12 занятие	Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия , в метании снежков на дальность	ОРУ с обручем	Дети встают вокруг снежной бабы и по сигналу воспитателя прыжками на двух ногах приближаются к ней. Затем поворачиваются кругом и шагом возвращаются на исходную позицию	Игровые упражнения: 1. «Кто дальше бросит». 2. «Перепрыгни -не задень	Катание друг друга на санках..	Стр.64
февраль 1 занятие «Хотим быть здоровыми !»	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке (на середине остановиться, поворот кругом, пройти дальше, сойти со скамейки (не прыгая) и вернуться в свою колонну (2-3 раза).	Игра малой подвижности.  Беседа о разных видах спорта.	Стр.66

			врасыпную. Построение в три колонны.	2. Прыжки через бруски (высота бруска 10 см), расстояние между ними 40 см (3 раза).  Подвижная игра «Котятa и щенята».		
2 занятие	Упражнять детей в ходьбе с перешагиванием через предметы, в прыжках через шнур, в перебрасывании мяча друг другу	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег между расставленными в одну линию предметами, 5-6 штук (кегли поставлены на расстоянии двух шагов ребенка); ходьба и бег врасыпную. Построение в три колонны.	1. Ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе (2-3 раза).  2. Прыжки через шнур, положенный вдоль зала (длина шнура 3 м). Перепрыгивание справа и слева через шнур, продвигаясь вперед, используя энергичный взмах рук (2-3 раза). 3. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (расстояние 2 м).	Игра малой подвижности	Стр.66
3 занятие	Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, затем прыжки на двух ногах( 3-4 м).По сигналу воспитателя остановка, поворот кругом и повторение упражнения в прыжках( на расстояние не более 3м)	Игровые упражнения «Змейкой между санками». Дети становятся в колонну по одному и за ведущим передвигаются «змейкой». «Добрось до кегли». Метают снежки , стараясь сбить кегли .	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет.	Стр.67

4 занятие	Упражнять детей в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени. После нескольких повторений бег врассыпную по всему залу.	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (5-6 обручей). Повторить 3-4 раза. 2. Прокатывание мячей между предметами (расстояние 2,5 м) в шеренгах. 3. Ходьба на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой Подвижная игра «У медведя во бору».	Ходьба в колонне по одному с хлопком в ладоши на каждый четвертый счет.	Стр.67
5 занятие	Упражнять детей в прыжках на двух ногах через шнуры, в прокатывании мяча друг другу	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени. После нескольких повторений бег врассыпную по всему залу	1. Прыжки на двух ногах через 5-6 коротких шнуров, лежащих на полу на расстоянии 0,5 м один от другого. Повторить 2-3 раза. 2. Прокатывание мячей друг другу (расстояние 2,5 м) в шеренгах. Способ - стойка на коленях (10-12 раз). 3. Ходьба на носках, руки на поясе, в чередовании с обычной ходьбой Подвижная игра «У медведя во бору».		

6 занятие	Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками	ОРУ без предметов	Игровое упражнение «Метелица»	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «покружись»</li> <li>• «Кто дальше бросит»</li> </ul>	Катание друг друга на санках	Стр.68
7 занятие Масленица !	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	Основные виды движений. 1.Перебрасывание мячей друг другу (10-12 раз). 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Подвижная игра «Блинчики»	Ходьба в колонне по одному	Стр. 69
8 занятие Масленица !	Упражнять детей в метании в вертикальную цель, в ползании по гимнастической скамейки, в прыжках на двух ногах	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя дети переходят на ходьбу на носках, руки за голову; обычная ходьба, руки в стороны; переход на бег врассыпную. Ходьба и бег в чередовании.	1. Метание мешочков в вертикальную цель - щит диаметром 50 см, правой и левой рукой (способ - от плеча) (5-6 раз). 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). 3. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в шахматном порядке (кубики, кегли) (2-3 раза). Подвижная игра «Блинчики»	Ходьба в колонне по одному с мешочками на голове.	Стр. 70
9 занятие	Упражнять детей в метании снежков на дальность, катание на санках с горки	ОРУ с мячом	Дети расходятся по площадки и лепят по 3-4 снежка. По команде воспитателя ребята занимают место в двух	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Кто дальше бросит снежок»</li> <li>• «Найдем Снегурочку»</li> </ul>	Катание на санках с горки. Ходьба в колонне по одному	Стр.70

			шеренгах - одна за другой на расстоянии двух шагов			
10 занятие День защитника Отечества!	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами	ОРУ с палкой	Ходьба в колонне по одному. Воспитатель подает команду ведущему идти через середину зала к стойке, затем в противоположную сторону к двери, потом к окну. Вся колонна передвигается за ведущим (наиболее подготовленный ребенок). Ходьба и бег врассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). 2. Равновесие - ходьба, перешагивая через набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на пояс (или за голову). Подвижная игра «Мы пехотинцы».	Ходьба в колонне по одному.	Стр.70
11 занятие	Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке, в равновесие, в прыжках на правой и левой ноге.	ОРУ с палкой	Ходьба в колонне по одному. Воспитатель подает команду ведущему идти через середину зала к стойке, затем в противоположную сторону к двери, потом к окну. Вся колонна передвигается за ведущим (наиболее подготовленный ребенок). Ходьба и бег врассыпную по всему залу, перестроение в ходьбе в колонну по одному	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни - «по-медвежьи». Выполняется двумя колоннами поточным способом. Повторить 2-3 раза. 2. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом: на середине скамейки присесть, руки вынести вперед; подняться и пройти дальше, в конце скамейки сделать шаг вперед-вниз (не прыгать). Повторить 2-3 раза. 3. Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук (дистанция до кубика 2 м). Повторить 2-3 раза.	Ходьба в колонне по одному.	Стр. 72

				Подвижная игра «Перелет птиц»		
12 занятие	Развивать ловкость ,газомер при метании снежков; повторить игровые упражнения	ОРУ с палкой	Ходьба по снежному валу, руки в стороны, сойти , не прыгая. Повторить 2-3 раза.	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Точно в цель»</li> <li>• «Туннель»</li> </ul>	Игра «Найдем зайку»	Стр. 72
март 1 занятие Весна. Праздник мам	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу. По сигналу воспитателя поворот кругом в движении и продолжение ходьбы; переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя	1. Ходьба на носках между 4-5 предметами (кубики), расставленными на расстоянии 0,5 м один от другого. Повторить 2 раза.  2. Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м). Повторить 2-3 раза.  Подвижная игра «Перелет птиц».	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Стр.72

2 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, переход к ходьбе по кругу. По сигналу воспитателя поворот кругом в движении и продолжение ходьбы; переход на бег. Ходьба и бег в чередовании. Ходьба и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя	1.Равновесие - ходьба и бег по наклонной доске (3-4 раза).  2.Прыжки на двух ногах через короткую скакалку.  Подвижная игра «Перелет птиц».	Игра малой подвижности «Найди и промолчи».	Стр.73
3 занятие	Развивать ловкость , глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя	ОРУ без предметов	Игровое упражнение «ловишки»	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Быстрые и ловкие»</li> <li>• «Сбей геглю»</li> </ul>	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности «Найдем змейку»	Стр.74
4 занятие Весна	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную	ОРУ с обручем	Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога: «Лошадки!» - дети выполняют ходьбу, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний), переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Мышки!» ходьба на носках, руки за голову. Ходьба и бег враспынную	1.Прыжки в длину с места (1 0-12 раз).  2. Перебрасывание мячей через шнур (8-10 раз).  Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»	Ходьба в колонне по одному	Стр.75

5 занятие	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную	ОРУ с обручем	Ходьба в колонне по одному. На сигнал педагога: «Лошадки!» - дети выполняют ходьбу, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний), переход на обычную ходьбу. На сигнал: «Мышки!» ходьба на носках, руки за голову. Ходьба и бег	.Прыжки в длину с места (10-12 раз). 2. Перебрасывание мячей через шнур двумя руками из-за головы (расстояние от шнура 2 м) и ловля мяча после отскока об пол (5-6 раз). 3. Прокатывание мяча друг другу (исходное положение - сидя, ноги врозь). Расстояние 2 м (по 8-10 раз).  Подвижная игра «Бездомный заяц».	Ходьба в колонне по одному	Стр. 75
6 занятие	Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до минуты, в чередовании с ходьбой	ОРУ с обручем	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети перепрыгивают через 5-6 шнуров. По команде воспитателя изменяют направление движения. Бег в умеренном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Подбрось-поймай»</li> <li>• «Прокати - не задень»</li> <li>• Подвижная игра «Лошадка»</li> </ul>	«Угадай кто кричит?»	Стр.76
7 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полу приседе,	Основные виды движений. 1.Прокатывание мяча между предметами (2-3 раза). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь	Игра малой подвижности	Стр.76

	прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке		руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	двумя руками, хват рук с боков (2 раза).  Подвижная игра «Самолеты».		
8 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег по кругу с выполнением заданий: ходьба на носках, ходьба в полуприсяде, руки на коленях; переход на обычную ходьбу.	1.Прокатывание мячей между предметами.  2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине, «Проползи - не урони».  3. Равновесие - ходьба по скамейке с мешочком на голове.  Подвижная игра «Самолеты».	Игра малой подвижности	Стр.77
9 занятие	Упражнять детей в беге на выносливость: в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному и бег в умеренном темпе. Переход на ходьбу. Ходьба между 4-5 предметами.	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «На одной ножке»</li> <li>• «Брось через веревочку»</li> <li>• Подвижная игра «самолеты»</li> </ul>	Игра малой подвижности	Стр.78
10 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ с флажками	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег в рассыпную, по сигналу воспитателя остановиться.	1. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи) (2 раза).  2. Равновесие - ходьба по доске, положенной на пол.  3. Прыжки через 5-6 шнуров, положенных в одну линию.	Игра малой подвижности «Найдем зайку».	Стр.78

				Подвижная игра «Охотник И зайцы».		
11 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках	ОРУ с флажками	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег враспынную, по сигналу воспитателя остановиться	1. Лазанье по гимнастической стенке и передвижение по третьей рейке. Затем спуск вниз (2 раза).  2. Ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки на пояс (2 раза).  3. Прыжки на двух ногах через шнуры (2 раза).  Подвижная игра «Охотник И зайцы».	Игра малой подвижности «Найдем зайку».	Стр.79
12 занятие	Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом: повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках	ОРУ с флажками	Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба широким шагом, в медленном темпе. Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом и так последовательно повторить	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Перепрыгни ручеек»</li> <li>• «Бег по дорожке»</li> <li>• «Ловкие ребята»</li> </ul>	Ходьба в колонне по одному.	Стр.79
апрель 1 занятие Домашние животные	Упражнять детей В ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге враспынную; повторить задания В равновесии и прыжках.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному. Воспитатель раскладывает по одной стороне зала брусков 8-10 на расстоянии одного шага ребенка. Ходьба в колонне по одному, по сигналу	1. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, с мешочком на голове, руки в стороны (2-3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через препятствия (высота брусков 6 см), поставленных на расстоянии	Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».	Стр. 80

			<p>воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу в рассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются</p>	<p>40 см один от другого, 5-6 брусков. Повторить 2-3 раза.</p> <p>Подвижная игра «Кот и мыши».</p>		
2 занятие	<p>Упражнять детей В ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге в рассыпную; повторить задания В равновесии и прыжках</p>	ОРУ без предметов	<p>Ходьба в колонне по одному. Воспитатель раскладывает по одной стороне зала брусков 8-10 на расстоянии одного шага ребенка. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя дети переходят к ходьбе с перешагиванием через бруски попеременно правой и левой ногой. После того как последний в колонне ребенок выполнит перешагивание через бруски, подается команда к бегу в рассыпную. Упражнения в ходьбе и беге чередуются</p>	<p>1.Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове (2-3 раза); страховка воспитателем обязательна.</p> <p>2.Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров, лежащих на полу на расстоянии 0,5 м один от другого; повторить 2-3 раза.</p> <p>3.Метание мешочков в горизонтальную цель правой и левой рукой (расстояние до цели 2,5 м).</p> <p>Подвижная игра «Пробеги тихо</p>	<p>Игра малой подвижности «Угадай, кто позвал».</p>	Стр.81

3 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную, на сигнал воспитателя дети перестраиваются в колонну и по ходу движения каждый ребенок находит свое место	Игровые упражнения <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Прокати и поймай»</li> <li>• «Сбей булаву»</li> <li>• Подвижная игра « У медведя во бору»</li> </ul>	Игра малой подвижности	Стр.82
4 занятие Будь здоров!	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	ОРУ с кеглей	Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.	1.Прыжки в длину с места (5-6 раз).  2. Метание мешочков в горизонтальную цель (3-4 раз). Воспитатель ставит несколько корзин или кладет обручи большого диаметра, предлагает каждому ребенку взять 2-3 мешочка, подойти на обозначенное место и способом от плеча по сигналу: «Бросили!» - метать мешочки в цель. Затем дети идут и подбирают мешочки. Упражнение повторяется.  Подвижная игра «Совушка».	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг. Беседа о здоровом образе жизни	Стр.82
5 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное	ОРУ с кеглей	Ходьба в колонне по одному в обход зала, по сигналу воспитателя ведущий идет навстречу ребенку, идущему последним в колонне, и, подходя, берет его за руки, замыкая круг. Ходьба по кругу, взявшись за руки.	1.Прыжки в длину с места «Кто дальше прыгнет».  2. Метание мячей в вертикальную цель с расстояния 1,5 м способом от плеча.  3. Отбивание мяча одной рукой несколько раз подряд и ловля его двумя руками (построение в	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг	Стр.83

	исходное положение в прыжках в длину с места.		Остановка, поворот в другую сторону и продолжение ходьбы. Ходьба и бег врассыпную.	произвольном порядке по всему залу). Подвижная игра «Совушка».		
6 занятие	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры	ОРУ с кеглей	Ходьба в колонне по одному, по кругу, с поворотом в обратную сторону в движении по сигналу воспитателя; ходьба и бег врассыпную	Игровые упражнения 1.«По дорожке» (ширина дорожки 20 см.); 2. « Не задень»- лазанье под дугу (высота50 см.) 3. «Перепрыгни-не задень»- прыжки на двух ногах через бруски. Подвижная игра «Воробушки и автомобиль»	Ходьба в колонне по одному, на носках, переход на обычный шаг	Стр.84
7 занятие Весна-красна	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются	Основные виды движений. 1.Метание мешочков на дальность (6-8 раз). 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (2-3 раза). Подвижная игра «Совушка».	Ходьба в колонне по одному	Стр.84

8 занятие	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному. По сигналу воспитателя: «Лягушки!» - дети приседают и кладут руки на колени, поднимаются и продолжают ходьбу. На сигнал: «Бабочки!» - переходят на бег, помахивая руками-«крылышками». Упражнения в ходьбе и беге чередуются	1. Метание мешочков правой и левой рукой на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьи». 3. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м.  Подвижная игра «Совушка».	Ходьба в колонне по одному	Стр.85
9 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер	ОРУ с мячом	Ходьба в колонне по одному, на сигнал воспитателя: «Аист!» - остановиться, поднять ногу, согнутую в колене, руки в стороны и некоторое время удерживать равновесие, затем продолжить ходьбу. На сигнал педагога: «Лягушки!» - дети приседают на корточки, кладут руки на колени. После нескольких повторений бег врассыпную	Игровые упражнения • «Успей поймать». Дети перестраиваются в две шеренги и перебрасывают мяч друг другу одной рукой, ловя мяч после отскока о землю двумя руками (8-10 раз) • «Подбрось-поймай»  Подвижная игра «Догони пару»	Ходьба в колонне по одному	Стр.85
10 занятие Животные Юга	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег врассыпную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу:	1. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс (2-3 раза).	. Ходьба в колонне по одному	Стр.86

			«Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.	2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (5-6 плоских обручей; можно выложить круги из косичек: к одному концу пришита пуговица, к другому петелька) (2-3 раза).  Подвижная игра «Тигр»	Загадки о животных юга	
11 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному, ходьба и бег враспынную; по сигналу воспитателя: «Лошадки!» - ходьба, высоко поднимая колени; по сигналу: «Мышки!» - ходьба на носках семенящими шагами; ходьба и бег в чередовании.	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, руки на пояс; на середине скамейки присесть, вынести руки вперед, подняться и пройти дальше (2-3 раза) 2. Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в ряд на расстоянии 40 см один от другого.  Подвижная игра «Птички и кошка»	Ходьба в колонне по одному	Стр.88
12 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами: в равновесии; перебрасывании мяча	ОРУ с косичкой	Ходьба в колонне по одному: ходьба «змейкой» между предметами, поставленными в один ряд: ходьба враспынную, высоко поднимая колени : бег враспынную	Игровые упражнения: 1. «Побеги- не задень» 2. Подвижная игра «Мяч через сетку» 3.Подвижная игра «Догони пару»	Игра малой подвижности Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности	Стр.87
май 1 занятие	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого	ОРУ без предметов	Ходьба и бег парами, ходьба и бег враспынную. Перестроение в три колонны	1. Ходьба по доске (ширина 15 см), лежащей на полу, приставляя	Игра малой подвижности	Стр.88

	равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.			пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс (2 раза).  2. Прыжки в длину с места через 5-6 шнуров (расстояние между шнурами 30-40 см).  Подвижная игра «Котятa и щенятa».		
2 занятие	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места	ОРУ без предметов	Ходьба и бег парами, ходьба и бег врассыпную. Перестроение в три колонны	1. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, встать и пройти дальше (сойти, не прыгая). Положение рук может быть разным - на пояс, в стороны, за голову. 2. Прыжки в длину с места через шнуры, расстояние между шнурами 50 см. 3. Прокатывание мяча (большой диаметр) между кубиками (набивными мячами) «змейкой». Выпрямиться, поднять мяч над головой и потянуться. Подвижная игра «Котятa И щенятa».	Игра малой подвижности	Стр.89
3 занятие	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками: повторить	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному, прыжки через бруски: ходьба и бег врассыпную	Игровые упражнения: 1.«Достань до мяча». 2. «Перепрыгни ручеек». «Пробеги – не задень» Подвижная игра «Совушка»	Игра малой подвижности.	Стр.89

	игровые упражнения с мячом					
4 занятие Насекомые	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	ОРУ с кубиком	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Воспитатель называет ребенка по имени, он становится впереди колонны и ведет ее. Через некоторое время другой ребенок ведет колонну (2-3 смены ведущего). Ходьба и бег в рассыпную по всему залу	1. Прыжки через короткую скакалку на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мячей друг другу в парах (двумя руками из-за головы). Дистанция между детьми 2 м. 3. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой).  Подвижная игра «Муравей».	Ходьба в колонне по одному. Игра малой подвижности по выбору детей.	Стр.89
5 занятие	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	ОРУ с кубиком	Ходьба в колонне по одному со сменой ведущего. Воспитатель называет ребенка по имени, он становится впереди колонны и ведет ее. Через некоторое время другой ребенок ведет колонну (2-3 смены ведущего). Ходьба и бег в рассыпную по всему залу	1. Метание в вертикальную цель (щит с круговой мишенью диаметром 50 см, нижний край щита располагается на уровне глаз ребенка), с расстояния 1,5-2 м правой и левой рукой (способ - от плеча) (3-4 раза). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе (2 раза). Упражнение в ползании выполняется двумя колоннами. Подвижная игра «Зайцы и волк».	Игра малой подвижности «Найдем кузнечика».	Стр.90
6 занятие	Упражнять детей ходьбе с остановкой по сигналу ;ходьбе и бегу по кругу ; повторить задания с бегом и прыжками.	ОРУ с кубиком	Ходьба в колонне по одному ;на сигнал воспитателя «Зайки»-остановиться и попрыгать на двух ногах, затем продолжить ходьбу; на	Игровые упражнения: 1. «Попади в корзину». 2. «Подбрось-поймай». 3. «Удочка»..	Игра малой подвижности	Стр.92

			сигнал «Петушки»- остановиться, помахать руками вверх-вниз и произнести : «Ку-ка-ре-ку». Ходьба и бег врассыпную			
7 занятие	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	ОРУ без предметов	Ходьба в колонне по одному; на сигнал педагога: «Лошадки!» -дети идут, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний); бег врассыпную. На одной стороне зала заранее (до занятия) раскладывают 5-6 шнуров (реек) на расстоянии одного шага ребенка. В ходьбе колонной по одному дети перешагивают через шнуры попеременно правой и левой ногой	1. Метание в вертикальную цель (щит с круговой мишенью диаметром 50 см, нижний край щита располагается на уровне глаз ребенка), с расстояния 1,5-2 м правой и левой рукой (способ - от плеча) (3-4 раза). 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе (2 раза). Упражнение в ползании выполняется двумя колоннами. Подвижная игра «Зайцы и волк».	Игра малой подвижности «Найдем зайца	Стр.91
8 занятие	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	ОРУ с палкой	Ходьба в колонне по одному; на сигнал педагога: «Лошадки!» -дети идут, высоко поднимая колени, руки на поясе (темп средний); бег врассыпную. На одной стороне зала заранее (до занятия) раскладывают 5-6 шнуров (реек) на расстоянии одного шага ребенка. В ходьбе колонной по одному дети перешагивают через шнуры	1. Метание в вертикальную цель с расстояния 2 м. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («по-медвежьи»). 3. Прыжки через короткую скакалку.  Подвижная игра «Зайцы и волк	Игра малой подвижности «Найдем зайца».	Стр. 92

			попеременно правой и левой ногой			
9 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через скакалку; умение перестраиваться по ходу движения	ОРУ с палкой	Ходьба в колонну по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары; ходьба парами, бег враспынную, в колонне по одному. Ходьба « змекой»	Игровые упражнения: 1. «не урони». 2. «не задень». 3. «бегом по дорожке» «Пробеги тихо»	Игра малой подвижности «Кто ушел»	Стр. 92
10 занятие	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	ОРУ с палкой	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба в полу приседе (не более 15 сек.), ходьба, высоко поднимая колени, ходьба мелким, семенящим шагом в чередовании с обычной ходьбой; бег в колонне по одному.	1. Равновесие-ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки в стороны (2-3 раза). 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед (дистанция 3 м) (2-3 раза). Подвижная игра «У медведя во бору»	Ходьба в колонне по одному	Стр.92
11 занятие	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках	ОРУ с палкой	Ходьба в колонне по одному; по сигналу воспитателя ходьба в полуприседа (не более 15 сек.), ходьба, высоко поднимая колени, ходьба мелким, семенящим шагом в чередовании с обычной ходьбой; бег в колонне по одному.	1. Лазанье на гимнастическую стенку и спуск с нее (2 раза). 2. Равновесие - ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой (2 раза). Подвижная игра «У медведя во бору».	Ходьба в колонне по одному.	Стр.93

12 занятие	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения по сигналу воспитателя. Ходьба по кругу, остановка и поворот кругом, продолжение ходьбы. При повторении упражнения выполнение заданий в движении	ОРУ с палкой	Ходьба в колонне по одному, с изменением направления по сигналу воспитателя. Ходьба по кругу, остановка и поворот кругом, продолжение ходьбы.	Игровые упражнения: 1. «Подбрось-поймай». 2. «Кто быстрее по дорожке». 3. «Самолеты».	Игра «Угадай, кто позвал»	Стр.94
------------	--	--------------	---	--	---------------------------	--------

## 2.2. Формы и способы, методы и средства реализации раздела «Физическое развитие»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности	осуществляемая в ходе режимных процессов	самостоятельная деятельность детей	взаимодействие с семьями детей по реализации Программы
<p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классические</li> <li>- сюжетно-ролевые,</li> <li>- тематические;</li> <li>- музыкально-ритмические;</li> <li>- интегрированные;</li> <li>- игровые (на основе подвижных игр);</li> <li>- познавательные (фольклор,</li> </ul>	<p>Индивидуальная работа с детьми.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классическая;</li> <li>- игровая;</li> <li>- музыкально-ритмическая;</li> <li>- полоса препятствий;</li> <li>- имитационные движения.</li> </ul>	<p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Имитационные движения.</p>	<p>Анкетирование</p> <p>Консультации.</p> <p>Беседы.</p> <p>Совместные игры.</p> <p>Участие в открытых занятиях, физкультурных досугах, праздниках.</p> <p>Занятия в спортивных секциях.</p> <p>Посещение бассейна.</p>

Олимпийское движение, и др.);  
Оздоровительно-  
коррекционные

Физкультминутки.  
Динамические паузы.

Походы.

занятия с включением корректирующей гимнастики: - игровые; - сюжетно-игровые; - сюжетно-ролевые.	Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения.		
Общеразвивающие упражнения: - с предметами; - без предметов; - сюжетные; - имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Физкультурные праздники и досуги. Гимнастика после дневного сна: - оздоровительная; - коррекционная; - коррекционные дорожки здоровья. Упражнения: - корректирующие; - классические; - коррекционные.		
<b>Методы</b>			
<b>Наглядные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);</li> <li>• наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);</li> <li>• тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)</li> </ul>	<b>Словесные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• объяснения, пояснения, указания;</li> <li>• подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>• вопросы к детям;</li> <li>• образный сюжетный рассказ, беседа;</li> <li>• словесная инструкция</li> </ul>	<b>Практические:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>• проведение упражнений в игровой форме; • проведение упражнений в соревновательной форме</li> </ul>	

### **Практические методы**

Практические методы применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

### Повторение упражнений

Сначала, чтобы создать мышечные ощущения, целесообразно повторять упражнения без изменения и в целом. На фоне такого целостного выполнения идёт освоение элементов техники.

### Проведение упражнений в игровой форме

Этот метод применяется для закрепления двигательных навыков и развития физических качеств в изменяющихся условиях (например, внезапные изменения ситуации по ходу игры побуждают действовать быстрее, более ловко).

### Проведение упражнений в соревновательной форме

При выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм ребёнка, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т.д.).

Но соревновательный метод следует использовать осторожно. Он может вызвать сильное нервное возбуждение, отрицательно сказаться на самочувствии и поведении детей.

### Наглядные методы

К этой группе методов относятся следующие: показ физических упражнений, использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, диафильмы и т.д.), имитации (подражания), зрительные ориентиры (предметы, разметка зала), звуковые сигналы.

### Словесные методы

К данной группе методов относятся следующие: название упражнений, описание, объяснение, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и другие.

В работе с детьми в группах компенсирующей направленности с ТНР словесные методы сочетаются и используются вместе с практическими и наглядными методами. Словесные методы активизируют мышление ребёнка, внимание, память, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.

Для решения задач физического воспитания детей дошкольного возраста используются следующие **средства**: физические упражнения, эколого- природные факторы (естественные силы природы), психогигиенические факторы. Полноценное физическое воспитание достигается при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по-разному влияет на организм человека.

Отличительные особенности работы с детьми в группах компенсирующей направленности с ЗПР:

- большее количество повторений при показе упражнений;

- более продолжительный показ и неоднократное объяснение при показе фотографий, рисунков, схем и т.д.;
- более длительное запоминание детьми расположения в зале зрительных ориентиров, часто замедленная реакция на звуковые сигналы;
- более длительные объяснения, описания упражнений и т.д.

#### Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Месяц	Темы	Формы работы
Сентябрь 2025 г.	Знакомство родителей с особенностями физического развития детей дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.	Участие в групповом родительском собрании
Октябрь 2025 г.	Двигательная активность как средство развития речи детей. Подвижные речевые игры. Роль совместных подвижных игр в установлении партнёрских взаимоотношений с ребёнком. Место спорта в Вашей семье.	Консультация Анкетирование (в чате группы)
Ноябрь 2025 г.	Предупреждение плоскостопия у дошкольников	Наглядная консультация
Декабрь 2025 г.	Консультации по развитию положительного отношения ребенка к себе, уверенности в своих силах, стремления к самостоятельности	Индивидуальные консультации (в чате)
Февраль 2026 г.	Консультация по совместному занятию физкультурой пап и ребенка. Праздник День защитника Отечества	Консультирование (в чатах) Праздник в зале с родителями или без родителей (по ситуации)
Март 2026 г.	Тренировка по оказанию элементарной помощи в угрожающих здоровью ситуациях.	Мастер-класс (в записи)

Апрель 2026 г.	Игры с детьми на свежем воздухе	Наглядная консультация
-------------------	---------------------------------	------------------------

Май 2026 г.	Развитие у детей навыков безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема. Изучение рейтинга ГБДОУ	Групповые и индивидуальные консультации Анкетирование (в чатах)
----------------	--	--

### **Коррекционно-развивающая работа. Взаимодействия учителя – логопеда, дефектолога и инструктора по физической культуре**

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического коллектива ДОУ, медицинского персонала и родителей.

С целью повышения эффективности коррекционно-развивающей работы в условиях ДОУ и объединения усилий в данном направлении, в нашем учреждении выстроилась модель сотрудничества учителя-логопеда и инструктора по физической культуре.

Преемственность и взаимосвязь в работе учителя-логопеда и инструктора по физической культуре способствует эффективности и прочному закреплению результатов логопедической работы. Если учитель-логопед развивает и совершенствует речевое общение детей, то инструктор по физической культуре на специальных занятиях с детьми решает задачи общего физического развития, укрепления здоровья, развития двигательных умений и навыков, что способствует формированию психомоторных функций. Особое внимание обращается на возможность закрепления лексико-грамматических средств языка путем специально подобранных подвижных игр и упражнений, разработанных с учетом изучаемой лексической темы.

В начале учебного года дефектолог знакомит инструктора по физической культуре с диагнозами детей (их речевой характеристикой), психологической характеристикой и возрастными особенностями.

Выявив уровень психоречевого развития детей, совместно определяются цели, задачи формирования речедвигательных навыков и составляются планы индивидуально-коррекционных занятий.

В ходе совместной коррекционно-развивающей деятельности инструктором по физической культуре осуществляются следующие задачи:

развитие слухового, зрительного, пространственного восприятия;

- координация движений;
- развитие общей и мелкой моторики;

- осуществление контроля за поставленными звуками учителем-логопедом в свободной речи;
- развитие речевого и физиологического дыхания;

□ формирование темпа, ритма и интонационной выразительности речи; • работа над мимикой лица. При планировании занятий учитель-логопед *учитывает тематический принцип* отбора материала, с постоянным усложнением заданий. Он позволяет организовать коммуникативные ситуации, в которых педагог управляет когнитивным и речевым развитием детей. Тематический подход обеспечивает концентрированное изучение материала, многократное повторение речевого материала ежедневно, что очень важно как для восприятия речи, так и для её актуализации. Концентрированное изучение темы способствует успешному накоплению речевых средств и активному использованию их детьми в коммуникативных целях, оно вполне согласуется с решением, как общих задач всестороннего развития детей, так и специальных коррекционных.

Концентрированное изучение материала служит также средством установления более тесных связей между специалистами, так как все специалисты работают в рамках одной лексической темы. В результате концентрированного изучения одной темы на занятиях учителя-логопеда и инструктора по физической культуре дети прочно усваивают речевой материал и активно пользуются им в дальнейшем.

В специальной коррекционной работе в процессе физического воспитания решаются задачи словесной регуляции действий и функций активного внимания путем выполнения заданий, движений по образцу, наглядному показу, словесной инструкции, развитие пространственно-временной организации движения.

Особенности планирования дальнейшей деятельности с детьми на занятиях по физической культуре состоят в том, что тот раздел, в который входят задания по развитию общих двигательных умений и навыков, дополняется заданиями на коррекцию и исправление двигательных нарушений, характерных для детей с общим недоразвитием речи.

Существенные изменения вносятся в раздел «Подвижные игры». Он планируется в соответствии с лексическими темами логопедических занятий и работой воспитателя. Например, при отработке учителем-логопедом лексической темы «Домашние животные» на занятии по физической культуре используется подвижная игра «Кролики», в которой дети закрепляют умение прыгать на двух ногах, продвигаясь вперед, а также навык падежного согласования существительных(с мячом: *кто у собаки? - у собаки щенок; кто у коровы? – у коровы теленок*).

Используется и сюжетная форма занятий, которая также способствует развитию речи. Все сюжетные занятия, темы к ним, игры согласовываются с учителем-логопедом, исходя из того этапа речевого развития, на котором находится ребенок в данный период времени.

На этих занятиях прослеживается связь между развитием речи и формированием движений. Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. Но и формирование движений происходит при участии речи. Это один из основных элементов двигательных-пространственных упражнений. Ритм речи, особенно стихов, поговорок, пословиц, считалок, используемых на сюжетных

занятиях, способствует развитию координации общей и тонкой произвольной моторики. Движения становятся более плавными, выразительными, ритмичными. С помощью стихотворной речи вырабатываются правильный темп речи, ритм дыхания, развиваются речевой слух, речевая память; стихотворная форма всегда привлекает детей своей живостью, эмоциональностью, без специальных установок настраивая детей на игру. Все разделы занятия (вводная, основная, заключительная части) подчинены данной теме.

На занятиях широко используются нетрадиционное оборудование и пособия, изготавливаемые из подручных средств, бросового материала (бутылки пластиковые, банки): «Дорожка здоровья», «Змейка-шагайка», «Косички», «Мешочки для метания», «Коррекционные следы», «Цветные брусочки» и многое другое. При подборе материала к занятию необходимо знать уровень развития двигательных качеств, эмоциональное состояние ребенка, его двигательный и словарный запас, состояние здоровья.

Таким образом, взаимосвязь дефектолога, учителя-логопеда и инструктора по физической культуре в группе компенсирующей направленности для детей с ЗПР имеет большое значение и является залогом успешности коррекционно-развивающей работы.

### Календарь праздников и праздничных дат

месяц	Праздничная дата, событие	Реализуемое направление
сентябрь	01.09-День Знаний	Социальное
	День воспитателя и всех дошкольных работников 27.09	Социальное, духовно-нравственное. Познавательное. Трудовое, духовно-нравственное.
	15.09-День леса 20.09-День лесника	Трудовое, Познавательное, эстетическое
	21.09-Всемирный день чистоты	Трудовое
	21.09-Осенины. Праздник Урожая	Познавательное Трудовое
октябрь	04.10- Всемирный день животных 06.10 – Всемирный день охраны мест обитаний.	Познавательное Духовно-нравственное Трудовое
		Эстетическое, познавательное

ноябрь	04.11- День народного единства	Патриотическое, познавательное, духовно-нравственное, эстетическое
	12.11- Синичкин день	Трудовое, эстетическое, познавательное
	16.11- МЖД день толерантности	Социальное
	21.11-всемирный день приветствий	Духовно-нравственное
	День матери –последнее воскресенье	Социальное, эстетическое, духовно- нравственное
	30.11.-день Государственного герба РФ	Патриотическое, познавательное
декабрь	12.12-День Конституции РФ	Социальное, познавательное
	Социальное, духовно-нравственное	
	31.12.-Новый год	Социальное, эстетическое, патриотическое
январь	01.01 -Новый год	Эстетическое. познавательное , трудовое
	11.01- День заповедников и национальных парков 15 января - День зимующих птиц России	
	27.01- День воинской славы России. День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады. День освобождения Красной армией крупнейшего "лагеря смерти" Аушвиц-Биркенау (Освенцима) - День памяти жертв Холокоста	Патриотическое, познавательное
февраль	09.02-день зимних видов спорта в России	Физическое и оздоровительное
		Эстетическое, трудовое. патриотическое
	26 февраля-День защитника Отечества 27 февраля-280 лет со дня рождения адмирала Ф.Ф.Ушакова	Патриотическое Познавательное трудовое

март	24.02-02.03 Масленица	Патриотическое Эстетическое
------	--------------------------	--------------------------------

	08.03- международный женский день	Социальное, эстетическое, трудовое, духовно-нравственное
		Социальное, познавательное Трудовое
	19.03 - День защиты морских млекопитающих. 22.03-Всемирный день водных ресурсов. День Балтийского моря	Познавательное
апрель	1 апреля-день смеха	Социальное
	02.04-Международный день детской книги	Познавательное Трудовое Эстетическое
	06.04- всемирный день спорта 07.04-всемирный день здоровья	Физическое и оздоровительное Социальное
	12.04-Всемирный день авиации и космонавтики	Патриотическое, познавательное, трудовое
	22.04. – Международный день Земли	Трудовое, эстетическое, познавательное
	30.04-день пожарной охраны 01.05-праздник весны и труда	Физическое и оздоровительное Познавательное Трудовое
май	09.05- День Победы в Великой Отечественной войне	Патриотическое, познавательное
		Познавательное, трудовое
	20.05-всемирный день пчёл	Познавательное
		Эстетическое,познавательное
	18.05- день музеев 27.05-день основания Санкт- Петербурга	Познавательное Социальное Этико-эстетическое Духовно-нравственное
июнь	01.06- Международный день защиты детей	социальное

	05.06 – День эколога. Всемирный день окружающей среды	Социальное
--	---	------------

		Духовно-нравственное
	06.06. Пушкинский день России. День родного языка	Социальное Духовно-нравственное
	12.06. День России	Патриотическое Эстетическое
	15.06 – Всемирный день ветра	Познавательное
		Познавательное
июль	08.07 – Всероссийский день семьи, любви и верности	Социальное Эстетическое
	23.07 – Всемирный день китов и дельфинов	Познавательное
	Последнее воскресенье – День Военно – Морского флота России	Патриотическое
август	05.08 –Международный день светофора	Познавательное
	13.08 – День физкультурника	Физическое и оздоровительное
	16.08 – День малинового варенья	Познавательное, эстетическое
	20.08 – Всемирный день бездомных животных	Социальное Духовно-нравственное
	22.08 – День государственного флага Российской Федерации	Патриотическое
		Познавательное, социальное

### 3. Организационный раздел (интегрированные условия реализации обязательной части Программы и части, формируемой участниками образовательных отношений).

#### 3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
---	------------------------------------	-------------------------------	---

<p><u>Занятия</u> по физическому развитию – 3 раза в неделю (2 в спортивном зале, 1 на улице)  Праздники- .2 раза в год  Спортивные развлечения 1 раз в месяц  Другие формы совместной деятельности- неделя здоровья</p>	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах:  Подвижные и спортивные игры на прогулке, воздушные ванны в сочетании с ортопедической дорожкой, занятия с атрибутами физкультурного уголка группы.</p>	<p>Двигательная (овладение основными движениями) игровая деятельность, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), самообслуживание (уборка физкультурного инвентаря) музыкальная (музыкально-ритмические движения).</p>	<p>Формы работы для осуществления индивидуального маршрута развития ребенка с учетом личностно – ориентированного подхода к развитию воспитанников: сюжетные и тематические физкультурные занятия, контрольно-диагностические физкультурные занятия, игры – имитации, упражнения под тексты стихотворений, индивидуальные задания по освоению двигательных навыков.</p>
--	---	--	---

### Применение современных образовательных технологий

<b>Педагогические технологии</b>	<b>Задачи</b>	<b>Формы организации</b>
<b>Здоровьесберегающие технологии</b>	<p>Овладение набором простейших форм и способов поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья, увеличение резервов здоровья</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Пальчиковая гимнастика</li> <li>5. Гимнастика для глаз</li> <li>6. Дыхательная гимнастика</li> <li>7. Артикуляционная гимнастика</li> <li>8. Музыкально-дыхательные тренинги</li> <li>9. Динамические паузы</li> <li>10. Релаксация</li> </ol>

<p><b>Технологии проектной деятельности</b></p>	<p>Развитие и обогащение социально-личностного опыта, через вовлечение детей в сферу межличностного взаимодействия</p>	<p>3. Работа в подгруппах, парах 4. Беседы, дискуссии 5. Социально-активные приемы: метод взаимодействия, метод экспериментирования, метод сравнения, наблюдения</p>
<p><b>Технология исследовательской деятельности</b></p>	<p>Сформировать у дошкольников основные ключевые компетенции, способность к исследовательскому типу мышления</p>	<p>3. Эвристические беседы 4. Постановка и решение вопросов проблемного исследовательского типа мышления характера 5. Наблюдения 6. Моделирование (создание моделей об изменениях в неживой природе) 7. Опыты, самообследование 8. Фиксация результатов: наблюдений, опытов, экспериментов, трудовой деятельности 9. «Погружение» в краски, звуки, запахи и образы природы 10. Подражание голосам и звукам природы 11. Использование художественного слова 12. Дидактические игры, игровые обучающие и творчески развивающие ситуации 11. Трудовые поручения.</p>
<p><b>Информационно-коммуникационные технологии</b></p>	<p>Стать для ребенка проводником в мир новых технологий, наставником в выборе компьютерных программ, сформировать основы</p>	<p>2. Подбор иллюстративного материала к занятиям (использование мультимедийных презентаций). 3. Подбор дополнительного познавательного</p>

	информационной культуры его личности, повысить профессиональный уровень педагогов и компетентность родителей.	материала к занятиям, знакомство со сценариями праздников и других мероприятий 4. Обмен опытом, знакомство с наработками других педагогов России и зарубежных стран 5. Создание презентаций в программе PowerPoint для повышения эффективности образовательных занятий с детьми и педагогической компетенции у родителей в процессе проведения родительских собраний
<b>Личностно ориентированные технологии</b>	Гуманистическая направленность содержания деятельности ДОУ, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития личности ребенка, реализация ее природных потенциалов, индивидуальный подход к воспитанникам	2. Игры, спортивные досуги, занятие 3. Упражнения, наблюдения, экспериментальная деятельность 4. Гимнастика, образно-ролевые игры, этюды
<b>Игровые технологии</b>	Развитие взаимодействия «ребенок-ребенок», «ребенок- родитель», «ребенок-взрослый» для обеспечения душевного благополучия, формирование навыков и умений дружеского коммуникативного взаимодействия, решение задач «социального» закаливания, развитие навыков полноценного межличностного общения, позволяющего ребенку понять самого себя	3. Коллективные дела, работа в малых группах на занятиях, тренинги на умение договариваться 4. Игры с правилами, игры- соревнования, игры- драматизации, сюжетно- ролевые игры 5. Метод создания проблемных ситуаций с элементами самооценки 6. Тренинги, самопрезентации

### 3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка

(в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21"Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания)

<b>Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки</b>	<b>Продолжительность одного занятия</b>	<b>Перерывы между занятиями</b>
Не более 40 мин	Не более 20 минут	не менее 10 минут

### Расписание физкультурных занятий на 2025-26 учебный год

<b>Дни недели</b>	
<b>понедельник</b>	<b>09.30-09.50 (в зале)</b>
<b>вторник</b>	
<b>среда</b>	<b>09.55-10.15 (на улице)</b>
<b>четверг</b>	
<b>пятница</b>	<b>09.00- 09.20 (в зале)</b>

### 3.3 Создание развивающей предметно - пространственной среды по физическому развитию.

Для занятий физической культурой в ГБДОУ оборудован спортивный зал, оснащенный:

2. Шведская стенка для воспитанников младшего и старшего возраста закреплена жестким креплением к стене и полу, пролеты-перекладины выдерживают вес более 30 кг.
  3. Велотренажер детский выдерживает вес более 30 кг.
  4. Беговая дорожка (тренажер)—1шт вес более 30 кг, устойчив и безопасен.
  5. Гимнастическая скамейка—2шт., длина—4000мм., высота—300мм., вес более 30 кг. Безопасны.
  6. Стойки для прыжков в высоту (1 комплект) соответствует по высоте, устойчивые.
  7. Батуты-1 шт. выдерживают нагрузку более 30 кг.
  8. Спортивный уголок «Карусель» закреплён жестким креплением к стене и полу, выдерживает вес более 30 кг..
  9. Дуги для подлезания большие (высота—500мм, ширина—500мм) в кол-ве 2 шт, малые (высота—300мм, ширина—500мм) в кол-ве 2 шт. соответствуют норме, устойчивые.
  10. Приставные лестницы 2 шт выдерживают нагрузку более 30 кг.
  11. Баскетбольное кольцо—1шт высота и крепления соответствуют норме.
  12. Маты гимнастические 6 шт в хорошем состоянии.
- Наб
13. Мячи резиновые: большие (d 250мм) -20шт средние (d120мм) -20шт; малые (d75мм) -20шт; набивные весом 1кг-2шт; фитбол мячи – 14 шт.
  14. Мячи баскетбольные -14 шт.

Спортивные игры:

1. кегли (набор)— 1 шт.;
2. кольцоброс (набор)— 1шт..

Имеется спортивная площадка, оборудованная спортивными сооружениями для организации подвижных игр, спортивных праздников и физкультурных занятий на воздухе.

Пополнение развивающей предметно- пространственной среды

15. ор для прыжков «Кузнечик» хорошее состояние.

<b>Образовательная область</b>	<b>Содержание (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды</b>	<b>Срок</b>
--------------------------------	---	-------------

<b>Физическое развитие</b>	- разметка пространства физкультурного зала для обучения построениям, перестроениям;	Сентябрь
	-внесение мягких мячей разного размера и назначения;	Октябрь
	-пополнение картотек по видам движений, подвижным играм, оздоровительным технологиям, общеразвивающих упражнений;	В течение года
	-пополнение центров двигательной активности, безопасности и здоровья в группах;	В течение года
	-пополнение иллюстративного материала на тему «Олимпийское образование дошкольников»;	В течение года
	-внесение атрибутов для подвижных игр;	Ноябрь
	-пополнение атрибутов для общеразвивающих упражнений;	ь
	-внесение атрибутов для развития основных видов движений;	Декаб
	-изготовление предметов-ориентиров;	рь
	- разметка для занятий на улице	Февра ль
	Март-апрель	
	Май	

#### 3.4 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

<b>Образовательная область</b>	<b>Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)</b>
------------------------------------	--

<p><b>Физическое развитие</b></p>	<p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. – М. МозаикаСинтез 2012 год.</p> <p>Е.Н.Вавилова. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. Москва. «Просвещение» 1983 год.</p> <p>В.Г.Фролов. Физкультурные занятия, игры, и упражнения на прогулке. Москва «Просвещение» 1986 год.</p> <p>Р.В.Тонкова – Ямпольская. Ради здоровья детей. Москва. «Просвещение» 1985 год.</p> <p>Н.Г.Метельская. 100 физкультурных минуток. Москва 2008 год.</p> <p>Е.Н.Вавилова. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Москва. «Просвещение» 1981 год.</p> <p>Ю.Ф.Лурри. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. Москва. «Просвещение» 1991 год.</p> <p>Т.А.Шарыгина. Беседы о здоровье. Творческий центр. Москва. 2008 год.</p> <p>З.И.Береснева. Здоровый малыш. Творческий центр. 2004 год.</p> <p>В.Г.Фролов. Физкультурные игры, занятия и упражнения. Москва. 1986 год.</p> <p>Г.П.Лескова. Общеразвивающие упражнения в детском саду. Москва. 1981 год.</p> <p>Т.И.Осокина. Физическая культура в детском саду. Москвва. 1983год.</p> <p>Е. И. Подольская. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет. Волгоград « Учитель», 2011год. Л.</p> <p>В. Останко. 50 оздоровительных упражнений для красивой осанки малыша. Санкт-Петербург «Литера», 2010год.</p> <p>Н.Э. Власенко. 300 подвижных игр для дошкольников. Москва «АЙРИС-пресс», 2011год.</p> <p>Е. Ф.Желобкович Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Москва «Скрипторий 2003», 2010</p> <p>Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры для детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2004</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) – М.: Владос, 2002</p> <p>Ткаченко Т.А. Физкультминутки для развития пальцевой моторики у дошкольников с нарушениями речи. Сборник упражнений. Пособие для воспитателей, логопедов и родителей – М.: «Издательство ГНОМ и Д», 2001</p> <p>Черенкова Е.Ф. Оригинальные пальчиковые игры. – М.: ООО «ИД РИПОЛ классик», ООО Издательство «ДОМ. 21 век», 2007</p>
-----------------------------------	---