

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №1

Принята
на педагогическом совете
МБДОУ детский сад № 1
Протокол № 1 от 25.08.2022 г.

Утверждаю
Заведующий МБДОУ детский сад №1
Маринич Н.В.
Приказ № 68 от 25.08.2022 г.

Рабочая программа

Образовательная область: Физическое развитие

Вид организованной образовательной деятельности: Физическая культура

Возрастная группа: группа общеразвивающей направленности детей 5 - 6 лет

Сведения о разработчиках: Острожкова С.А. воспитатель, Варакутенко И.Ю. воспитатель.

р. п. Сосновка

2022 год

Содержание

1. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Основные цели и задачи	4
1.3. Возрастные особенностей развития детей 5-6 лет	4
1.4. Целевые ориентиры (Планируемые результаты освоения программы)	5
2. Содержательный раздел	
2.1. Содержание педагогической работы	6
2.2. Режим реализации программы	7
Календарно-тематическое планирование по физической культуре.	8-24
2.3.Содержание коррекционной работы для детей с ОВЗ	25
2.4. План работы с родителями (законными представителями) воспитанников	26
2.5. Система мониторинга	27
3. Организационный раздел	
3.1. Предметно – пространственная среда	28
3.2. Методическое обеспечение	28
Список литературы	

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по «Физической культуре» разработана в соответствии с Образовательной программой МБДОУ детского сада № 1 », и в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ, ст. 43, 72.
- Конвенция о правах ребёнка (1989 г.) .
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Устав учреждения .

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте 5-6 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

Реализуемая программа строится на принципе лично–развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Содержание направления **«Физическая культура»**, как вид деятельности, является одной из составляющих содержания образовательной области «Физическое развитие, » которое включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию , опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с

правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»

1.2. Основные цели и задачи:

Цели: формирование у детей интереса к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Задачи:

- 1) Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- 2) Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- 3) Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- 4) Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- 5) Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

1.3. Возрастные особенности развития детей 5-6 лет

В период с 5 до 6 лет ребёнок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребёнку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком. В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

1.4 Целевые ориентиры (Планируемые результаты освоения программы)

- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Умеет прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см); в высоту с разбега (не менее 40 см); прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м), владеть школой мяча.
- Умеет выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Умеет ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы,.
- Умеет кататься на двухколёсном велосипеде,
- Умеет кататься на самокате.
- Может участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

2. Содержательный раздел

2.1. Содержание педагогической работы

Физическая культура

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколёсном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой).
- Учить ориентироваться в пространстве.
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- Приучать помогать взрослым, готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни стран

Подвижные игры.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям

2.2. Режим реализации программы

Общее количество образовательных ситуаций в год	Количество непосредственно образовательных ситуаций в неделю	Длительность непосредственно образовательной ситуации	Форма организации образовательного процесса
108	3	25 минут	групповая

Срок реализации программы – учебный год: с 01.09.22 по 31.05.23

Календарно-тематическое планирование по физической культуре

Дата	Непосредственная образовательная деятельность			Образовательная деятельность в режимных моментах
	Тема	Программные задачи	Дополнительное методическое обеспечение	
1 01.09.	Комплекс №2	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в беге враспынную; в сохранении устойчивого равновесия; в прыжках продвижением вперёд и перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 14	Игровые упражнения. Равновесие: ходьба и бег—«Кто скорее по дорожке» (бег между кубиками, расстояние между ними 15 см); бег «змейкой» между кеглями — «Пробеги и не задень». Прыжки — «Прыгни точно в круг» (в обруч), «Перепрыгни через „канавку" (шнур, косичку)». С мячом «Подбрось и поймай» (бросание мяча вверх и ловля его двумя руками), «Точно в руки» (перебрасывание мяча друг другу, диаметр 20 см, расстояние 1,5 м). Подвижные игры: «Птички и кошка», «Самолёты», «Школа мяча»
2* 02.09.	Комплекс № 3 (на воздухе)	Упражнять детей в построении в колонны; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 16	Игровые упражнения. Прыжки — «Достань до предмета» (подпрыгивание — прыжки на месте до колокольчика, ленточки, шарика, мяча); прыжки на двух ногах до предмета (до кегли, до кубика). С мячом — «Сбей кеглю», «Подбрось и поймай» (бросание мяча вверх), «Перебрось через сетку». Лазанье — «Проползи — не задень» (подлезание под шнур, веревку).
3 06.09.	Комплекс № 4	Выявить умение детей в ходьбе и беге между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. Индивидуальное развитие ребёнка. выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 18	Игровые упражнения. Прыжки — «Достань до предмета» (подпрыгивание — прыжки на месте до колокольчика, ленточки, шарика, мяча); прыжки на двух ногах до предмета (до кегли, до кубика). С мячом — «Сбей кеглю», «Подбрось и поймай» (бросание мяча вверх), «Перебрось через сетку». Лазанье — «Проползи — не задень» (подлезание под шнур, веревку).
4 08.09.	Комплекс № 5	Выявить умение детей в ходьбе и беге между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках высоту (достань до предмета) и ловкость в бросках мяча вверх. Индивидуальное развитие ребёнка. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 19	Игровые упражнения. Прыжки — «Достань до предмета» (подпрыгивание — прыжки на месте до колокольчика, ленточки, шарика, мяча); прыжки на двух ногах до предмета (до кегли, до кубика). С мячом — «Сбей кеглю», «Подбрось и поймай» (бросание мяча вверх), «Перебрось через сетку». Лазанье — «Проползи — не задень» (подлезание под шнур, веревку).

5* 09.09.	Комплекс № 6 (на воздухе)	Выявить умение детей в ходьбе и беге между предметами, враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; разучить игровые упражнения с мячом. Индивидуальное развитие ребёнка. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 19	
6 13.09.	Комплекс № 7	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 20	Игровые упражнения. Лазанье — «Пролезь в обруч», «Проползи и не задень» (ползание между кеглями, набивными мячами на четвереньках). Прыжки — «На одной ножке по дорожке» (прыжки на правой и левой ноге между шнурами), «На двух ногах дофлажка».
7 15.09.	Комплекс № 8	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 22	Равновесие — «Пройди по мостику» (ходьба между линиями, по доске, по гимнастической скамейке). Подвижные игры: «Мышеловка», «Ловишки», «Пробеги тихо».
8* 16.09.	Комплекс № 9 (на воздухе)	Повторить бег, продолжительность до 1 минуты, упражнение в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 23	
9 20.09.	Комплекс № 10	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 23	Игровые упражнения. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке прямо и боком — «Не упади в ручей». Прыжки: перепрыгивание через бруски — «Подпрыгни — не задень». С мячом — «Прокати и догони мяч»; перебрасывание мяча друг другу через верёвку, сетку; прыжки с мячом в руках.
10 22.09.	Комплекс № 11	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за его край; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 25	

11* 23.09.	Комплекс №12 (на воздухе)	Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках; повторить задания с мячом, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 25	Подвижные игры: «Чей мяч дальше?», «Найди себе пару», «Ловишки».
12 27.09.	Комплекс №13	Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 27	Игровые упражнения. С мячом: перебрасывание мячей друг другу; броски мяча о стенку и ловля его после отскока от пола (земли). Лазанье: подлезание под шнур, дугу, не касаясь руками пола,—«Не задень». Равновесие: ходьба с перешагиванием через шнуры, кубики, бруски, набивные мячи (с различными положениями рук).
13 29.09.	Комплекс №14	Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 28	Подвижные игры: «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Чей мяч дальше?».
14* 30.09.	Комплекс №15 (на воздухе)	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой (элементы баскетбола), упражнять в прыжках. Индивидуальное развитие ребёнка. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 28	Подвижные игры: «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Чей мяч дальше?».
15 04.10.	Комплекс №16	Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и пере ползание через препятствия.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 29	• Игровые упражнения. Лазанье: по скамейке на четвереньках; пролезание в обруч прямо и боком — «Ловкие ребята». Равновесие: «Пройди — не упади» (ходьба по скамейке прямо и боком, перешагивая через предметы).
16 06.10.	Комплекс №17	Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и пере ползание через препятствия.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 31	Прыжки — «Перепрыгни — не задень»: прыжки на двух ногах через шнуры, кубики, набивные мячи.

17* 07.10.	Комплекс №18 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе на носках, пятках, беге до 1,5 мин; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 31	Подвижные игры: «Удочка», «Кошка и мышки», «Мы веселые ребята».
18 11.10.	Комплекс №19	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 32	Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке на носках; обычная ходьба по скамейке с поворотом кругом на середине; на каждый шаг перекладывать мяч из одной руки в другую. Прыжки —
19 13.10.	Комплекс №20	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 33	«Высоко и далеко»: прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд, перепрыгивая шнур справа и слева; прыжки из обруча в обруч (3-4 обруча)
20* 14.10.	Комплекс №21 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить игрой в бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 34	без пауз. С мячом — «Брось и поймай» (бросание мяча о землю и ловля его двумя руками), «Точно в руки» (бросание мяча друг другу и ловля его двумя руками, бросание мяча и ловля его после отскока от пола партнёром). Подвижные игры: «Гуси-лебеди», «Удочка»,
21 18.10.	Комплекс №22	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 34	Игровые упражнения. Прыжки: на двух ногах, огибая различные предметы (кегли, кубики, мячи и т.д.); прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд до флажка (расстояние 3-4 м).

22 20.10.	Комплекс №23	Упражнять в ходьбе парами; повторить лазание в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 36	С мячом: перебрасывание мяча через сетку; броски мяча в кольцо; броски мяча вдаль. В ползании: по скамейке на четвереньках; подлезание под шнур.
23* 21.10.	Комплекс №24 (на воздухе)	Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минуты; разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники».	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 36	Подвижные игры: «Кто скорее до флажка», «Удочка», «Ловишки», «Не оставайся на полу», «Мяч о стенку».
24 25.10.	Комплекс №25	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду» с.37	Игровые упражнения. С мячом: бросание мяча вверх, после отскока от земли ловля его одной и двумя руками; бросание мяча о пол (в движении) и ловля его двумя руками.
25 27.10.	Комплекс №26	Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 38	Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; ходьба по скамейке, перешагивая через кубики, с поворотом на середине. Подвижные игры: «Медведи и пчелы», «Ловишки», «Найди свою пару».
26* 28.10.	Комплекс №27 (на воздухе)	Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 40	
27 01.11.	Комплекс №28	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча .	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 41	Игровые упражнения. Лазанье: по гимнастической скамейке на четвереньках; между предметами «змейкой». Прыжки: продвигаясь вперед, перепрыгивая через шнур
28* 03.11.	Комплекс №29 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе с изменением направления движения, беге между предметами; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 42	справа налево и слева направо; прыжки на правой и левой ноге между предметами (расстояние 3 м). С мячом: отбивание мяча о пол в ходьбе, продвигаясь между предметами; ловля мяча двумя руками.

29 08.11.	Комплекс №31	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 43	Игровые упражнения. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук; ходьба и бег по наклонной доске со свободным балансированием рук. Прыжки: перепрыгивание через шнуры (бруски); прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд. С мячом: прокатывание мяча друг другу (различные исходные положения); броски мяча о пол, продвигаясь вперёд шагом. Подвижные игры: «Медведи и пчель», «Хитрая лиса», «Пятнашки», «Гуси-лебеди».
30 10.11.	Комплекс №32	Упражнять в ходьбе с изменением темпа движения, в беге между предметами, в равновесии; повторить упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 44	
31* 11.11.	Комплекс №33 (на воздухе)	Упражнять в беге, развивая выносливость; в перебрасывании мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	Л.И. Пензулаева с. 44	
32 15.11.	Комплекс №34	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 45	Игровые упражнения. Прыжки: надвух ногах, продвигаясь вперёд, с огибанием предметов, между предметами; прыжки с высоты. С мячом: перебрасывание мячей друг другу; броски мячей вдаль. Лазанье: ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях, на четвереньках, подталкивая мяч головой впереди себя. Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Мышеловка», «Карусель», «Пятнашки».
33 17.11.	Комплекс №35	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 46	
34* 18.11.	Комплекс №36 (на воздухе)	Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с бегом и мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 46	

35 22.11.	Комплекс №1	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 47	Игровые упражнения. С мячом: броски мяча о землю и ловля его двумя руками; броски мяча о стенку и ловля его после отскока от пола; перебрасывание мячей друг другу.
36 24.11.	Комплекс №2	Упражнять детей в умении сохранить в беге правильную дистанцию друг от друга; разучить ходьбу по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия; повторить перебрасывание мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 48	Лазанье: лазанье по гимнастической стенке; ползание по скамейке на животе, на четвереньках. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом: с поворотом на середине; с мешочком на голове.
37* 25.11.	Комплекс №3 (на воздухе)	Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 49	Подвижные игры «Кто скорее до флажка», «Сделай фигуру», «Карусель», «Не оставайся на полу».
38 29.11.	Комплекс №4	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд; упражнять в ползании и переброске мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 50	Игровые упражнения. Лазанье: на гимнастическую стенку, лесенку; ползание по гимнастической скамейке на животе (хват рук с боков). Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке на носках, перешагивая через предметы; с мешочком на голове.
39 01.12.	Комплекс №5	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; повторить прыжки попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперёд; упражнять в ползании и переброске мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 51	Прыжки: на правой и левой ноге с огибанием предметов, из обруча в обруч на двух ногах.
40* 02.12.	Комплекс №6 (на воздухе)	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 51	Подвижные игры: «Охотники и зайцы», «Перебежки», «Удочка», «Хитрая лиса».

41 06.12.	Комплекс №7	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 52	Игровые упражнения. Равновесие: ходьба и бег по наклонной доске; ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Прыжки: через шнуры, бруски;
42 08.12.	Комплекс №8	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 53	прыжки на двух ногах, на правой и левой ноге. С мячом: бросание мяча вверх, перебрасывание мячей друг другу; отбивание мяча о пол, продвигаясь вперед шагом.
43* 09.12.	Комплекс №9 (на воздухе)	Развивать ритмичность ходьбы и бега; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 53	Подвижные игры: «Карусель», «Не оставайся на полу», «Сделай фигуру».
44 13.12.	Комплекс №10	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 54	Игровые упражнения. Прыжки: в длину с места; перепрыгивание через шнур; прыжки из обруча в обруч. С мячом: броски мяча о стену и ловля его после отскока от пола;
45 15.12.	Комплекс №11	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 56	прокатывание мяча вокруг предметов. Ползание: по гимнастической скамейке на четвереньках; на животе,
46* 16.12.	Комплекс №12 (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 56	подтягиваясь двумя руками; лазанье на наклонную лесенку. Подвижные игры: «Мышеловка», «Мы веселые ребята
47 20.12.	Комплекс №13	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 58	Игровые упражнения. С мячом: перебрасывание мячей друг другу; бросание мячей (мешочков) на дальность; броски мяча о пол* и ловля его двумя руками.

48 22.12.	Комплекс №14	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 59	Лазанье: по скамейке на четвереньках; ползание под шнур (дугу). Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке наносках, боком приставным шагом, перешагивая через предметы. Подвижные игры: «Успей выбежать», «Удочка», «Не оставайся на полу».
49* 23.12.	Комплекс №15 (на воздухе)	Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика; в бросании снежков в цель.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 51	
50 10.01.	Комплекс №16	Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 60	Игровые упражнения. Лазанье: на гимнастическую стенку; пролезание в обруч прямо и боком. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы, с мешочком на голове. Прыжки: через бруски, в длину с места.
51 12.01.	Комплекс №17	Повторить ходьбу и бег по кругу; закреплять прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 62	
52* 13.01.	Комплекс №18 (на воздухе)	Повторить ходьбу и бег по кругу; повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 62	
53 17.01.	Комплекс №19	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 62	Игровые упражнения. «Пробеги – не задень» - бег между снежками, положенными в одну линию, 2 раза. «Кто дальше бросит» . Подвижные игры: «Мороз Красный нос», «Не оставайся на полу»
54 19.01.	Комплекс №20	Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 62	
55* 20.01.	Комплекс №21 (на воздухе)	Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 62	

56 24.01.	Комплекс №22	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 64	Игровые упражнения. Прыжки: через канат; в длину с места; с высоты. С мячом: прокатывание мячей между предметами; перебрасывание через шнур. Проползание: «Проползи —не задень» (под шнур, палку); ползание между предметами на четвереньках; ползание в прямом направлении, подталкивая мяч головой впереди себя. Подвижные игры: «Не оставайся на полу», «Пятнашки», «Сделай фигуру», «Перебежки
57 26.01.	Комплекс №23	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 65	
58* 27.01.	Комплекс №24 (на воздухе)	Игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 73	
59 31.01.	Комплекс №25.	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 67	Игровые упражнения. С мячом: бросание мяча в горизонтальную цель; отбивание мяча о пол, продвигаясь вперед; перебрасывание мячей друг другу в ходьбе; прокатывание мячей между предметами.
60 02.02.	Комплекс №26	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и забрасывании мяча в корзину.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 68	Лазанье: на гимнастическую стенку, ползание на четвереньках. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий для рук; ходьба и бег по дорожке (ширина 15 см). Подвижные игры: «С кочки на кочку», «Сделай фигуру», «Охотники и зайцы».
61* 03.02.	Комплекс №27 (на воздухе)	Игровые упражнения на санках; упражнять в беге и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 69	
62 07.02.	Комплекс №28	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 69	Игровые упражнения. Лазанье: на гимнастическую стенку, ползание по скамейке на животе.

63 09.02.	Комплекс №29	Повторить ходьбу и бег по кругу, взявшись за руки; ходьбу и бег врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 69	Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; на носках; перешагивая через предметы. Прыжки: на двух ногах между предметами; на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. Подвижные игры: «Гуси- лебеди».
64* 10.02.	Комплекс №30 (на воздухе)	Упражнять в ходьбе, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 70	
65 14.02.	Комплекс №31	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 70	Игровые упражнения. Прыжки: перепрыгивание через шнуры (бруски); прыжки на правой и левой ноге, продвигаясь вперед. С мячом:
66 16.02.	Комплекс №32	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивании через неё.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 70	прокатывание мяча друг другу (различные исходные положения); броски мяча о пол, продвигаясь вперед шагом. Подвижные игры: «Медведи и пчелы», «Хитрая лиса», «Пятнашки», «Гуси- лебеди».
67* 17.02.	Комплекс №33 (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метание снежков в цель и на дальность	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с.72	
68 21.02.	Праздник посвящённый Дню Защитников Отечества			

69* 24.02.	Спортивный досуг « Весёлые эстафеты » Активизировать двигательную деятельность детей, развивать быстроту, ловкость, координацию движений, ориентировку в пространстве. Прививать любовь к спорту и физической культуре; Развивать выдержку и внимание в играх и эстафетах; Создать радостное эмоциональное настроение			
70 28.02.	Комплекс №34	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 72	Игровые упражнения. Прыжки: с высоты, в высоту с разбега; в длину с места. С мячом: броски мяча о стену; забрасывание в кольцо; перебрасывание друг другу. Лазанье: на гимнастическую стенку; ползание по гимнастической скамейке на животе. Подвижные игры: «Караси и щука», «Пастух и стадо», «Школа мяча».
71 02.03.	Комплекс №35	Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 72	
72* 03.03.	Комплекс №36 (на воздухе)	Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 74	
73 07.03.	Комплекс №1	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 75	Игровые упражнения. С мячом: бросание мяча о стену и ловля его после отскока от пола; метание в горизонтальную цель; перебрасывание мяча друг другу с дополнительными заданиями (присесть, хлопнуть в ладоши и т.д.). Лазанье: «Проползи — не задень»; подлезание под шнур, пролезание в обруч.
74 09.03.	Комплекс №2	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 76	

75* 10.03.	Комплекс №3 (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 77	Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы, с мешочком на голове. Подвижные игры: «Медведи и пчелы», «Кто быстрее до флажка», «Удочка».
76 14.03.	Комплекс №4	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 78	Игровые упражнения. Лазанье: ползание по гимнастической скамейке на четвереньках; подлезание под дугу, палку. Равновесие: ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на пояс. Прыжки: в высоту с разбега; продвигаясь вперёд на правой и левой ноге. Подвижные игры: «Карусель», «Горелки», «Пожарные на учении».
77 16.03.	Комплекс №5	Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между предметами.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 79	
78* 17.03.	Комплекс №6 (на воздухе)	Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 79	
79 21.03.	Комплекс №7	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 80	
80 23.03.	Комплекс №8	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 81	Игровые упражнения. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке; ходьба с перешагиванием через предметы. Прыжки: на двух ногах из обруча в обруч, продвигаясь вперёд; прыжки через шнуры (канат) прямо и сбоку С мячом: броски мяча вдаль; броски мяча о землю на месте и продвигаясь вперёд шагом и ловля его одной и двумя руками. Подвижные игры: «Совушка», «Удочка».
81* 24.03.	Комплекс №9 (на воздухе)	Упражнять детей в беге и ходьбе в чередовании; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 82	

82 28.03.	Комплекс №10	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 82	Игровые упражнения. Равновесие: ходьба и бег, перешагивая и перепрыгивая через шнуры, бруски; ходьба по гимнастической скамейке прямо и боком приставным шагом.
83 30.03.	Комплекс №11	Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 83	Прыжки: из обруча в обруч на двух ногах, на правой и левой; в длину с места. С мячом: перебрасывание мячей друг другу; бросание мяча вверх и ловля его двумя руками и с хлопком.
84* 31.03.	Комплекс №12 (на воздухе)	Упражнять в беге на скорость; разучить упражнения с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 84	Подвижные игры: «Удочка», «Не оставайся на полу», «Хитрая лиса», «Мы веселые ребята».
85 04.04.	Комплекс №13	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 85	Игровые упражнения. Прыжки: в длину с места, с разбега; перепрыгивание через шнуры. С мячом: ведение мяча в ходьбе; перебрасывание друг другу, через сетку. Лазанье: на гимнастическую стенку; под шнур, дугу; ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками.
86 06.04.	Комплекс №14	Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 86	Подвижные игры: «Караси и щука», «Пятнашки», «Кошка и мышки».
87* 07.04.	Комплекс №15 (на воздухе)	Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 86	

88 11.04.	Комплекс №16	Выявить умение детей в ходьбе и беге между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей. Индивидуальное развитие ребёнка. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 87	Игровые упражнения. Лазанье: ползание по наклонной доске на четвереньках. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; с передачей мяча перед собой и за спиной. Прыжки: на двух ногах, продвигаясь вперед; из обруча в обруч; через шнуры. Подвижные игры: «Хитрая лиса», «Удочка», «Совушка».
89 13.04.	Комплекс №17	Выявить умение детей в ходьбе и беге между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей. Индивидуальное развитие ребёнка. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 88	
90* 14.04.	Комплекс №18 (на воздухе)	Выявить умение детей в длинном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. Индивидуальное развитие ребёнка. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 88	
91 18.04.	Комплекс №19	Выявить умение детей в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 89	Игровые упражнения. Равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; на носках; с передачей мяча из одной руки в другую. Прыжки: на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; на двух ногах, огибая различные предметы; в длину с места. С мячом: метание на дальность; бросание о стену; перебрасывание друг другу. П/и: «Удочка», «Мышеловка», «Пожарные на учении».
92 20.04.	Комплекс №20	Выявить умение детей в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по команде воспитателя; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении устойчивого равновесия.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 89	
93* 21.04.	Комплекс №21 (на воздухе)	Выявить умение детей в беге на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом. Индивидуальное развитие ребёнка. -выявить знания и умения детей	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 90	

94 25.04.	Комплекс №22	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 91	Игровые упражнения. Прыжки: в длину с места; с разбега; на правой и левой ноге попеременно. С мячом: переброска мяча друг другу с дополнительными движениями (с хлопком в ладоши, приседанием, поворотом кругом и т.д.); броски мяча о пол на месте и в движении. Лазанье: подлезание под шнур, палку прямо и боком. Подвижные игры «Карусель», «Караси и щука», «Сделай фигуру».
95 27.04.	Комплекс №23	Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 92	
96* 28.04.	Комплекс №24 (на воздухе)	Упражнять детей в ходьбе с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 93	
97 02.05.	Комплекс №25	Упражнять детей в ходьбе с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 94	Игровые упражнения. Равновесие: Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове; на носках; с передачей мяча из одной руки в другую. Прыжки :на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; на двух ногах. Огибая различные предметы: в длину с места. С мячом: метание мяча на дальность; бросание мяча о стену; перебрасывание мяча друг другу. Подвижные игры: «Удочка». «Мышеловка», «Пожарные на учении».
98 04.05.	Комплекс №26	Упражнять детей в ходьбе с поворотом в другую сторону по команде воспитателя; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 94	
99* 05.05.	Комплекс №27 (на воздухе)	. Упражнять в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом (бадминтон)	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 95	
100 11.05.	Комплекс №29	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагивание через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 96	Игровые упражнения. Прыжки: в длину с места; с разбега; на правой и левой ноге попеременно. С мячом: переброска мяча друг другу с дополнительными движениями (с хлопком в ладоши.

101* 12.05.	Комплекс №30 (на воздухе)	Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей. Развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 96	Приседанием. поворотом кругом и т.д.); броски мяча о пол на месте и в движении. Лазанье: подлезание под шнур. Палку прямо и боком. Подвижные игры «Карусель», Караси и щука», «Сделай фигуру».
102 16.05.	Комплекс №31	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 97	Игровые упражнения. Лазанье: влезание на гимнастическую стенку; лазанье под шнур (дугу). Равновесие: ходьба и бег по дорожке (ширина 20 см); ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки в длину с места; в длину с разбега; прыжки через шнуры, бруски. Подвижные игры: «Мышеловка», «Не оставайся на полу», «Хитрая лиса».
103 18.05.	Комплекс №32	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и в рассыпную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 98	
104* 19.05.	Комплекс №33 (на воздухе)	Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и в прыжках	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 98	
105 23.05.	Комплекс №34	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 99	Игровые упражнения: Лазанье: влезание на гимнастическую стенку; лазанье под шнур (дугу). Равновесие: ходьба и бег по дорожке (ширина 20 см); ходьба по скамейке с мешочком на голове, руки на пояс. Прыжки : в длину с места; в длину с разбега; прыжки через шнуры, бруски. Подвижные игры: «Мышеловка», «Не оставайся на полу», «Хитрая лиса».
106 25.05.	Комплекс №35	Повторить ходьбу с изменением темпа движения; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 99	
107* 26.05.	Комплекс №36 (на воздухе)	Повторить игровые упражнения с ходьбой и бегом; упражнять в заданиях с мячом.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду», с. 100	
108 30.05.	Повторение пройденного материала.		Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду»,	

2.3. Содержание коррекционной работы для детей с ОВЗ

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи: формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений; изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов; развитие речи посредством движения; формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности; управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В совокупности обозначенные образовательные области обеспечивают решение общеразвивающих задач. Вместе с тем каждый из видов деятельности имеет свои коррекционные задачи и соответствующие методы их решения. Это связано с тем, что дети с ОВЗ имеют как общие, так и специфические особенности, обусловленные непосредственно имеющимися нарушениями.

2.4. Содержание направлений работы с родителями

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребёнка.

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

Форма работы	Месяц
Анкетирование родителей " Здоровый образ жизни."	Сентябрь
Беседа «Личная гигиена дошкольника».	
Буклет «Мы выбираем только здоровый образ жизни»	Октябрь
Индивидуальные консультации: «Одежда детей в группе».	
Памятка для родителей с советами по проведению подвижных игр.	Ноябрь
Консультация для родителей «Простудные заболевания у детей», «Лечение чесноком».	
Консультация для родителей « Зимние игры – отличное закаливание».	Декабрь
Памятка для родителей «Точечный массаж»	
Памятка « Здоровье начинается со стопы».	Январь
Консультация «Роль семьи в физическом воспитании ребёнка».	Март
Памятка " Гимнастика для глаз."	Апрель
Родителям на заметку» Игры и игровые упражнения с мячом для детей дошкольного возраста» , «Спортивный уголок дома».	
Методические рекомендации «Больше внимания осанке»	Май
Консультация для родителей «О пользе лекарственных трав»	
Методические рекомендации « Игры с детьми на свежем воздухе».	

2.5. Система мониторинга

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится воспитателем в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребёнка.

Карта наблюдений детского развития

Физическая культура																									
№ п/ п	Фамилия, имя ребенка	Развитие физических качеств						Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)								Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании						Уровень			
		• Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп		Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа		Умеет прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см); в высоту с разбега (не менее 40 см); прыгать через короткую и длинную		Выполнять упражнения на статическое и динамическое		Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с		Умеет перестраиваться в колонну по трое; равняться и размыкаться в колонне, шеренге; : Умеет выполнять повороты		Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии около 2 км; ухаживать за лыжами.		Умеет кататься на самокате, велосипеде.		Участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх эстафетах.		активен, с интересом участвует в подвижных играх		инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях		умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр	
		н	к	н	к	н	к	н	к	н	к	н	к	к	н	к	н	к	н	к	н	к	н	к	
1																									
Итоговый показатель по группе																									

Высокий уровень: Полностью самостоятельно справился с заданием, выполнив его без ошибок.

Средний уровень: Отвечает на вопросы с помощью воспитателя.

Низкий уровень: Знания поверхностны, неустойчивы.

III. Организационный раздел

3.1 Предметно - пространственная среда группы

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

3.2 Методическое обеспечение программы

Наглядно-дидактические пособия Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах». Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

Список литературы

1. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа – М: Мозайка - Синтез, 2009