

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Родничок»

Принято решением педагогического совета
№ 1 от «01» сентября 2023 года

Утверждено
Заведующий МБДОУ «Детский сад «Родничок»
Е.В.Жуленкова
Приказ №144 от «01» сентября 2023 года

Рабочая программа
ОО «Физическое развитие»
(Физическая культура)
для детей от 2 до 3 лет

Тамбов, 2023 г.

Содержание

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ	3
1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	4
1.3. СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	5
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10
2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА 2023 - 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД	10
2.2. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	12
2.3. КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	14
2.4. ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	39
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	41
3.1. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.....	41
3.2. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ.....	42
3.3. ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	42
Приложение №1	43

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь; двигаться по сигналу. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. Дети этого возраста очень любят двигаться под музыку.

При ходьбе постепенно исчезают лишние, мешающие ребенку движения, что ведет к их экономичности. Развивается самостоятельность пространственных ориентировок, ребенок смелее и в то же время спокойнее двигается на ограниченной, наклонной и поднятой над поверхностью пола плоскости (доски, дорожки и т.д.). В связи с развивающимся чувством равновесия, глазомерной оценки направления и расстояния сложнее и разнообразнее становятся действия с предметами.

Усиливающийся интерес к окружающему миру, удовлетворение от достижения цели, эмоциональная оценка педагога и его новые требования служат подкреплением достигаемых ребенком успехов и подталкивают его к решению новых задач. Процесс усвоения нового в движении сохраняет прежнюю специфику: основное здесь — подражание. Однако оно изменяет свой характер: наблюдается большее осмысление предложенной ребенку задачи и, в связи с этим, более четкое ее выполнение. Дети еще не способны придерживаться точно заданной формы движений, но развивающаяся двигательная память помогает им самостоятельно воспроизводить знакомые двигательные действия.

Ребенок постепенно учится согласовывать свои движения с движениями других детей, приучается своевременно реагировать на сигналы извне, требующие изменить характер движения, его темп, силу или совсем прекратить движение и остановиться.

В условиях систематического руководства ребенок на третьем году жизни совершенствует ходьбу, лазанье, начинает бегать. Все эти движения еще мало координированы и недостаточно точны. Ребенок чувствует потребность в частой смене движений, не может сохранять неподвижную позу, нуждается в чередовании движений и отдыха. Однако систематические упражнения, игры под руководством педагога на физкультурных занятиях и вне их будут содействовать расширению двигательных возможностей, улучшению качества движений и необходимых ориентировок.

Большое значение для развития движений имеют специально организуемые подвижные игры с правилами. В этих играх дети подчиняют свои движения разнообразным внешним сигналам, например, изменяют темп движений в зависимости от изменения музыки, направление или характер движения по слову (остановиться, перейти от ходьбы к бегу и др.). Необходимо постепенно усложнять содержание и правила таких игр.

Ценность подвижных игр заключается и в том, что, помимо развития движений, выполнение различных правил в игре требует от ребенка понимания ситуации, внимания, выдержки. У него воспитывается умение играть совместно, согласовывать свои движения с движениями других.

Детям двух-трех лет необходимы разнообразные движения, вызывающие деятельность различных мышц, переход от более спокойных к более оживленным движениям. Эта задача также решается с помощью подвижных игр.

Наряду с подвижными играми необходимы занятия гимнастикой. При проведении занятий необходимо следить за качеством выполнения движений, исправлять ошибки и своевременно изменять и усложнять тот или иной комплекс упражнений, если дети овладели им достаточно хорошо. При условии правильной организации двигательной активности дети двух-трех лет, как правило, большую часть дня бодры, активны. Они очень эмоциональны, подвижны, деятельны. Такое поведение свидетельствует о состоянии оптимальной возбудимости нервной системы.

Однако наблюдения показывают, что дети данного возраста обнаруживают крайнюю неустойчивость состояния возбудимости. Незначительные причины (например, изменения режима, болезненное состояние) могут приводить к состоянию повышенного возбуждения, при котором поведение ребенка нарушается (он начинает громко кричать, отказывается выполнять ранее установленные правила, проявляет упрямство). Переутомление, как эмоциональное, так и физическое, приводит к тому, что бодрое состояние сменяется вялым. Движения ребенка становятся замедленными, он перестает играть, не хочет выполнять установленные правила. Такое поведение свидетельствует о временном понижении возбудимости центральной нервной системы. Повышение и понижение возбудимости наблюдается у детей двух-трех лет сравнительно часто.

Названные состояния нельзя признать естественными, присущими детям этого возрастного периода. Подобные нарушения возникают главным образом в результате неправильной методической организации двигательной активности. К счастью, такие нарушения возбудимости у здоровых детей являются временными, часто даже кратковременными.

Наступившее утомление проявляется изменениями обычного для данного ребенка поведения. Нарушается координация движений, особенно движений рук. Появляется общее двигательное беспокойство, ребенок возбужден, много бегает, бесцельно лазает, нарушается ориентировка в пространстве. Иногда при утомлении у детей проявляются ранее сформированные автоматические движения (сосание пальцев, раскачивания, навязчивые движения).

Причинами переутомления могут быть различные неблагоприятные физические факторы окружающей среды (высокая температура помещения, недостаточная проветриваемость помещений, шум, плохое освещение). В душном помещении с высокой температурой воздуха утомление детей наступает скорее.

Особенно неблагоприятными факторами являются обилие резких акустических раздражений, чрезмерно громкая музыка. Поэтому в процессе организации двигательной активности следует воспитывать у детей умение говорить негромко, не допускать окриков и громких сигналов. Физкультурные пособия, издающие сильные, а тем более резкие звуки, допустимы лишь на прогулке либо кратковременно.

На данном этапе развития ребенка необходимо:

- 1) способствовать дальнейшему развитию координации общих движений (ходьба, лазанье, бег, бросание) и мелких движений рук и пальцев;
- 2) воспитывать умение управлять своими движениями в соответствии с окружающими условиями (по сигналу приостановить движение, изменить темп и др.);
- 3) вырабатывать умение одновременно производить различные движения рук и ног, развивать способность координировать свои движения с движениями других детей;
- 4) формировать правильные двигательные навыки, способствовать устранению лишних сопутствующих движений, формировать более экономные и ритмичные движения, правильную осанку.

1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Планируемые результаты освоения программы детьми 2-3 лет:

- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры.

Предметные результаты освоения программы

К концу года дети 2-3 лет могут:

- Ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.

- Сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- Ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (бросать, держать, переносить, класть, брать, катать).
- Прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в дину с места, отталкиваясь двумя ногами.

1.3. СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Педагогическая диагностика (мониторинг) проводится 2 раза в год (начальная диагностика – 3-4 неделя сентября, итоговая диагностика – 3-4 неделя апреля).

Одежда дошкольников во время проведения обследования должна быть удобной, легкой и чистой (не из синтетики). На открытом воздухе заниматься детям лучше в костюме, обувь должна быть на резиновой подошве, в помещении форма иная - спортивные шорты, майка, спортивная обувь. Измерение физической подготовленности проводится инструктором по физическому воспитанию совместно с воспитателем. Все данные обследования заносятся в индивидуальную диагностическую карту по каждой возрастной группе отдельно.

Программа физического обследования дошкольников характеризует *развитие физических качеств (уровень физической подготовленности)*:

– *скоростно-силовые качества*: подъем туловища в сед, бросок набивного мяча двумя руками из-за головы, прыжок в длину с места.

– *быстрота, координация движений*: бег на дистанции 10 метров схода и 30 м; «челночный бег» 3X10 м;

– *выносливость*: бег на дистанции 90, 120, 150 м (в зависимости от возраста детей);

– *гибкости*: наклон туловища вперед на скамейке.

Особенностью данного педагогического опыта является то, что оценивать результаты работы педагога и воспитанника предлагается относительно прироста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающегося.

Дети, выполнившие все тесты, с результатами в рамках возрастных норм имеют средний уровень физической подготовленности; выше ориентировочных показателей - высокий уровень физической подготовленности. Если из предложенных тестов, ребёнок имеет показатели ниже норм, то у него низкий уровень физической подготовленности.

Определение уровня сформированности быстроты

1. Бег на дистанцию 30 метров

Оборудование. На беговой дорожке (ширина 3 м, длина 30 м) хорошо видимой линией отмечается линия старта. За линией финиша на расстоянии 3 м устанавливается яркий ориентир (игрушка, стойка), для того чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовятся флажок, секундомер.

Методика обследования

Инструктор выполняет с детьми несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног, голеностопный, тазобедренный и плечевой суставы.

Проводится комплекс общеразвивающих упражнений «Рисуем шары».

Инструктор обращается к детям: «Хотите порисовать? Но у вас нет ни мела, ни кистей. Вам помогут рисовать ваши части тела».

1. «Рисуем головой».

И. п. (исходное положение) - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения головой 4 раза в одну сторону и 4 раза в другую.

2. «Рисуем локтями».

И. п. – ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1–2 – круговые движения локтями вперед (4 раза); 2–4 – круговые движения назад (4 раза).

3. «Рисуем туловищем».

И. п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения туловищем в левую сторону (3 раза), в правую сторону (3 раза).

4. «Рисуем коленом».

И. п. – одна нога согнута в колене и отведена в сторону, руки на поясе. 1–3 – круговое движение коленом левой (правой) ноги; 4 – вернуться в исходное положение (3 раза).

5. «Рисуем стопой».

И. п. – одна нога согнута в колене и поднята, руки на поясе. Вращательные движения стопой в одну и другую сторону (8 раза).

Детям предлагается добежать до яркой стойки как можно быстрее («Представь, что ты – самое быстрое животное»). Инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественные и качественные показатели. Воспитатель вызывает на старт двух мальчиков или двух девочек. Остальные дети стоят или сидят на гимнастической скамейке. На старте ребенок принимает удобную ему позу. Воспитатель, стоя рядом с детьми, подает команды: «Внимание!» – и поднимает флажок, «Марш» – и одновременно опускает флажок. Инструктор включает секундомер с началом движения ребенка на старте и останавливает его после пересечения линии финиша. После пробега дети возвращаются назад шагом. Выполняется 2 попытки.

Количественный показатель быстроты: продолжительность бега в минутах.

Качественные показатели бега:

- небольшой наклон туловища, голова прямо;
- руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед-внутри;
- быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60–70°);
- прямолинейность, ритмичность бега.

Высокий уровень (3 балла) – соответствие всем качественным показателям.

Средний уровень (2 балла) – соответствие трем показателям.

Ниже среднего (1 балл) – соответствие двум показателям.

Скоростно-силовые качества

2. Прыжок в длину с места

Оборудование. В физкультурном зале на пол кладется мат, сбоку вдоль него наносится мелом разметка через каждые 10 см на дистанции 2 м.

Методика обследования

С целью предупреждения травм в разминке используются упражнения, разогревающие мышцы стоп, голени, бедра.

Педагог выполняет с детьми имитационное упражнение «Лыжник»:

«Надели одну лыжу, другую (стопы стоят параллельно на расстоянии 15 см); взяли в руки одну, вторую палку (руки согнуты в локтях) и поехали (ноги полусогнуты, движение согнутых рук вперед, назад); приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено вперед) и прыжок (полет, приземление: ноги на ширине плеч, руки впереди)».

Предлагает детям встать около черты и допрыгнуть до яркой стойки.

Инструктор по физической культуре, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками – количественные показатели. Также фиксируются качественные показатели.

Выполняются 3 попытки.

Количественный показатель: длина прыжка в см.

Качественные показатели прыжка в длину с места:

1) исходное положение:

- ноги стоят параллельно, на ширине ступни;
- полуприсед с наклоном туловища;

- руки слегка отодвинуты назад;
- 2) толчок:
- двумя ногами одновременно;
 - выпрямление ног;
 - резкий мах руками вперед-вверх;

3) полет:

- руки вперед-вверх;
- туловище согнуто, голова вперед;
- вынос полусогнутых ног вперед;

4) приземление:

- одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню;
- колени полусогнуты, туловище слегка наклонено;
- руки движутся свободно вперед – в стороны;
- сохранение равновесия при приземлении.

Высокий уровень — соответствие всем четырем критериям и входящим в них качественным показателям.

Средний уровень — соответствие трем показателям.

Ниже среднего — соответствие двум показателям.

3. Бросок набивного мяча

Оборудование. В физкультурном зале делается разметка от линии вдоль мата (метки через 50 см на дистанции 5 м). В конце линии ставится яркая стойка. Готовятся 3 набивных (медицинских) мяча весом 1000 г.

Методика проведения

С целью предупреждения травм в разминке используются физические упражнения, разогревающие мышцы плечевого пояса. В вводную часть разминки включены отжимания от пола: для мальчиков – на прямых ногах, для девочек – на согнутых в коленях ногах.

Ребенок подходит к контрольной линии, начерченной на полу. Инструктор предлагает ему бросить мяч до яркой стойки. Бросок выполняется из положения ноги врозь, мяч отведен за голову как можно дальше. Ребенок совершает 3 броска. Лучший результат фиксируется в протоколе.

Количественный показатель: дальность броска в см.

Качественные показатели бросания набивного мяча:

1) исходное положение:

- стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч;
- прямые руки держат мяч за головой;

2) замах:

- отведение рук с мячом как можно дальше;

3) бросок:

- резким движением рук бросок мяча вдаль;
- сохранение заданного направления полета мяча.

Высокий уровень (3 балла) – соответствие всем трем критериям и входящим в них качественным показателям.

Средний уровень (2 балла) – соответствие трем показателям из любых трех критериев.

Ниже среднего (1 балл) – соответствие только двум показателям.

4. Метание мешочка с песком

Оборудование. На спортивной площадке мелом размечается дорожка (метки через 50 см на дистанции 2 м). Готовятся 3 мешочка с песком (вес мешочка 200 г).

Методика проведения

Выполняется разминка; инструктор приглашает ребенка к линии. Бросок выполняется из положения стоя, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага, рука с мешочком за головой. Ребенок производит 3 броска каждой рукой. Инструктор осуществляет

замер после каждого броска и лучший результат заносит в протокол. В протоколе фиксируются количественные и качественные показатели.

Количественные показатели: дальность броска в см.

Качественные критерии и показатели метания:

1) исходное положение:

- стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая – впереди, правая – на носок;

- правая рука с предметом на уровне груди;

2) замах:

- поворот туловища вправо, сгибая правую ногу и перенося на нее вес тела;
- одновременно разгибая правую руку, размашисто отводя ее вниз – в сторону;
- перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть – вверх;

3) бросок:

- продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить;

- хлещущим движением кисти бросок мяча вдаль-вверх;

- сохранение заданного направления полета мяча.

Высокий уровень (3 балла) – соответствие всем трем критериям и входящим в них качественным показателям.

Средний уровень (2 балла) – соответствие трем показателям.

Ниже среднего (1 балл) – соответствие двум показателям.

Показатели	Пол	Возраст
		3 года
<i>Быстрота</i> Бег на 30 м	М	11,9-9,0
	Д	12,0-9,5
<i>Скоростно-силовые качества</i> (см) 1.Прыжок в длину с места.	М	47.0-67.5
	Д	41,5-61,9
2.Прыжок в высоту с места.	М	-
	Д	-
Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы изи.п. стоя.	М	119-157
	Д	97-133
Метание мешочка с песком вдаль правой рукой	М	1.8-3,6
	Д	1,5-2,3
Метание мешочка с песком вдаль левой рукой.	М	2,0-3,0
	Д	1,3-1,9

Темпы прироста физических качеств

В течение года показатели физических качеств могут изменяться. Это происходит за счет естественного роста детей, роста их двигательной активности, целенаправленной работы по физическому воспитанию.

Для оценки темпов прироста показателей физических качеств мы предлагаем пользоваться формулой, предложенной В.И. Усаковым.

$$W = \frac{100(V2 - V1)}{\frac{1}{2}(V1 + V2)}$$

где W - прирост показателей темпов в %

V1 - исходный уровень

V2 - конечный уровень.

Шкала оценок темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста

Темпы прироста(%)	Оценка	За счет чего достигнуто прирост
До 8	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8 - 10	Удовлетворительно	За счет естественного роста и естественной двигательной активности
10-15	Хорошо	За счет естественного прироста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

Диагностическая карта (Приложение №1)

Таким образом, представленные тесты и диагностические методики позволяют:

- 1) оценить различные стороны психомоторного развития детей;
- 2) видеть динамику физического и моторного развития, становления координационных механизмов и процессов их управления;
- 3) широко использовать данные задания в практической деятельности дошкольных учреждений.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА 2023 - 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Образовательные области	Виды организованной образовательной деятельности	Продолжительность организованной образовательной деятельности Возрастные группы				
		Общеразвив. направленности для детей от 2 до 3 лет	Общеразвив. направленности для детей от 3 до 4 лет	Общеразвив. направленности для детей от 4 до 5 лет	Общеразвив. направленности для детей от 5 до 6 лет	Общеразвив. направленности для детей от 6 до 7 лет
1. Обязательная (инвариантная) часть						
<i>Социально-коммуникативное развитие</i>	Формирование социальных отношений	Реализуется при взаимодействии взрослого с детьми в различных видах деятельности				
	Формирование основ гражданской ответственности и патриотизма					
	Трудовое воспитание					
	Формирование безопасного поведения					
<i>Познавательное развитие</i>	Ознакомление с окружающим миром («Окружающий мир», «Природа»)	1/10	1/15	1/20	1/25	1/30
	Математические представления	Реализуется в различных видах деятельности	1/15	1/20	1/25	2/60
	Сенсорные эталоны и познавательные действия	Реализуется при взаимодействии взрослого с детьми в различных видах деятельности				
<i>Речевое развитие</i>	Развитие речи	2/20	1/15	1/20	1/25	2/60
	Подготовка к обучению грамоте	Реализуется на «Развитии речи»			1/25	1/30
	Интерес к художественной литературе	Реализуется ежедневно в ходе режимных моментов				

<i>Художественно-эстетическое развитие</i>	Рисование	1/10	1/15	1/20	1/25	1/30
	Лепка	1/10	1/15 (чередуются понедельно)	1/20 (чередуются понедельно)	1/25 (чередуются понедельно)	1/30 (чередуются понедельно)
	Аппликация	-				
	Конструктивная деятельность	Реализуется в различных видах деятельности	Реализуется в центрах активности 1 раз в неделю (обогащенная игра)	Реализуется в центрах активности 1 раз в неделю (обогащенная игра)	1/25	1/30
	Музыкальная деятельность	2/20 (по подгруппам)	2/30	2/40	2/50	2/60
	Театрализованная деятельность	Реализуется при взаимодействии взрослого с детьми в различных видах деятельности				
<i>Физическое развитие</i>	Физическая культура	3/30 (по подгруппам)	2/30	2/40	3/75	3/90
	Формирование основ здорового образа жизни	Реализуется при взаимодействии взрослого с детьми в различных видах деятельности				
Итого		10/100	9/135	9/180	12/300	14/420
2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений (вариативная)						
<i>Социально-коммуникативное развитие</i>	Дорогою добра	-	Реализуется при взаимодействии взрослого с детьми в различных видах деятельности			
<i>Художественно-эстетическое развитие</i>	Хореография	-	1/15	1/20	1/25	1/30
Итого		10/100	10/150	10/200	13/325	15/450

2.2. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазание: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание "пружинка", приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

2) Подвижные игры: педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

3) Формирование основ здорового образа жизни: педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

Решение совокупных **задач воспитания** в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

2.3. КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ООД «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Гр №1		Гр №10		Задачи	Программное содержание				Оборудование	Метод. обеспечени е
№п/п	Дата	№п/п	Дата		I часть	ОРУ	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры		
1.	01.09	1.	01.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.	ОРУ с флажками (комплекс № 1 с.25)	1. Прыжки на двух ногах на месте; 2. Проползание заданного расстояния; 3. Скатывание мяча с горки	«Бегите ко мне»	Бубен, флажки, мячи, горки	ООД № 1, стр. 27
2.	04.09	2.	05.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.	ОРУ с флажками (комплекс № 1 с.25)	1. Проползание заданного расстояния до предмета; 2. Прыжки на двух ногах на месте с хлопком; 3. Катание мяча в паре с воспитателем.	«Бегите ко мне»	Бубен, флажки, мячи, кегли	ООД № 2, стр. 27
3.	06.09	3.	07.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.	ОРУ с флажками (комплекс № 1 с.25)	1. Прыжки на двух ногах на месте; 2. Проползание заданного расстояния; 3. Скатывание мяча с горки	«Бегите ко мне»	Бубен, флажки, мячи, горки	ООД № 1, стр. 27
4.	08.09	4.	08.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.	ОРУ со скамейкой (комплекс № 2 с.26)	1. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед; 2. Проползание заданного расстояния; 3. Катание мяча двумя руками воспитателю.	«К мишке в гости»	Кукла, игрушка медведя, мячи, гимн.скамейка	ООД № 3, стр.28
5.	11.09	5.	12.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за	ОРУ со скамейкой (комплекс	1. Проползание в вертикально стоящий обруч; 2. Прыжки на двух ногах,	«К мишке в гости»	Игрушка медведя, шары, обручи,	ООД № 4, стр.28

				сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	воспитателем.	№ 2 с.26)	слегка продвигаясь вперед с хлопками; 3. Катание шаров двумя руками друг другу		гимн. скамейка	
6.	13.09	6.	14.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.	ОРУ со скамейкой (комплекс № 2 с.26)	1. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед; 2. Проползание заданного расстояния; 3. Катание мяча двумя руками воспитателю.	«К мишке в гости»	Кукла, игрушка медведя, мячи, гимнастическая скамейка	ООД № 3, стр.28
7.	15.09	7.	15.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя	ОРУ с флажками (комплекс № 1 с.25)	1. Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой; 2. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; 3. Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.	«К лисичке в гости»	Флажки, обручи, игрушка лисичка, мячи.	ООД № 5, стр.29
8.	18.09	8.	19.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя	ОРУ с флажками (комплекс № 1 с.25)	1. Проползание в воротца; 2. Подпрыгивание на двух ногах с хлопком; 3. Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой) воспитателю.	«К мишке в гости»	Флажки, воротца, мячи, игрушка медведь	ООД № 6, стр.29
9.	20.09	9.	21.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя	ОРУ с флажками (комплекс № 1 с.25)	1. Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой; 2. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; 3. Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.	«К лисичке в гости»	Флажки, обручи, игрушка лисичка, мячи.	ООД № 5, стр.29
10.	22.09	10.	22.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за	ОРУ со скамейкой (комплекс	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка;	«Собери колечки»	Мячи, гимнастическая скамейка, обручи,	ООД № 7, стр. 29

				сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	воспитателем.	№ 2 с.26)	2. Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца; 3. Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу.		воротца, колечки, корзины	
11.	25.09	11.	26.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.	ОРУ со скамейкой (комплекс № 2 с.26)	1. Прыжки на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед; 2. Катание мяча двумя руками и одной рукой в паре с воспитателем.	«Бегите ко мне»	Малые мячи, гимн.скамейка	ООД № 8, стр.30
12.	27.09	12.	28.09	Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, не наталкиваясь друг на друга. Бег за воспитателем.	ОРУ со скамейкой (комплекс № 2 с.26)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца; 3. Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу.	«Собери колечки»	Мячи, гимн.скамейка, обручи, воротца, колечки, корзины	ООД № 7, стр. 29
13.	29.09	13.	29.09	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя	ОРУ с платочками (комплекс №1 с.31)	1. Допрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку; 3. Прокатывание мяча одной и двумя руками.	«Собери колечки»	Стойка, веревка, мячи	ООД № 9, стр.32
14.	02.10	14.	03.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя.	ОРУ с платочками (комплекс №1 с.31)	1. Подползание под дугу; 2. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; 3. Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу	«Собери пирамидку»	Дуги, игрушка, мячи	ООД № 10, стр. 33

15.	04.10	15.	05.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя	ОРУ с платочками (комплекс №1 с.31)	1. Допрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку; 3. Прокатывание мяча одной и двумя руками.	«Собери колечки»	Стойка, веревка, мячи	ООД № 9, стр.32
16.	06.10	16.	06.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег от воспитателя	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2 с.32)	1. Подпрыгивание до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка; 2. Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним; 3. Подлезание под веревку.	«Доползи до игрушки»	Погремушка, мячи, дуги, стойки – 2 шт., веревка	ООД № 11, стр.33
17.	09.10	17.	10.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2 с.32)	1. Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки; 3. Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой), бег за мячом.	«К мишке в гости»	Погремушка, обручи, мячи, игрушка модведь.	ООД № 12, стр.34
18.	11.10	18.	12.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег от воспитателя	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2 с.32)	1. Подпрыгивание до погремушки, подвешенной выше поднятых рук ребенка; 2. Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним; 3. Подлезание под веревку.	«Доползи до игрушки»	Погремушка, мячи, дуги, стойки – 2 шт., веревка	ООД № 11, стр.33
19.	13.10	19.	13.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег в различных направлениях.	ОРУ с платочками (комплекс №1 с.31)	1. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку за стоящей впереди игрушкой; 3. Катание мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.	«Доползи до игрушки»	Погремушки, стойки, веревка, кубики, мячи	ООД № 13, стр. 34

20.	16.10	20.	17.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях.	ОРУ с платочками (комплекс №1 с.31)	1. Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед; 2. Подползание под скамейку; 3. Прокатывание мяча под скамейку одной рукой (поочередно правой и левой).	«Собери комочки»	Скамейки, мячи, тканевые комочки.	ООД № 14, стр.35
21.	18.10	21.	19.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег в различных направлениях.	ОРУ с платочками (комплекс №1 с.31)	1. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку за стоящей впереди игрушкой; 3. Катание мяча среднего размера в паре с воспитателем и друг с другом.	«Доползи до игрушки»	Погремушки, стойки, веревка, кубики, мячи	ООД № 13, стр. 34
22.	20.10	22.	20.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных направлениях.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2 с.32)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, сопровождающееся небольшим продвижением вперед; 2. Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча; 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.	«Собери пирамидку»	Обручи, мячи.	ООД № 15, стр. 35
23.	23.10	23.	24.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба «стайкой» за воспитателем. Бег от воспитателя.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2 с.32)	1. Проползание в вертикально стоящий обруч; 2. Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка.	«Собери пирамидку»	Обручи, погремушки.	ООД № 16, стр. 36
24.	25.10	24.	26.10	Способствовать психофизическому развитию детей; формировать умение ориентироваться в пространстве.	Ходьба с согласованными, свободными движениями рук и ног. Бег в различных	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2 с.32)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, сопровождающееся небольшим продвижением вперед; 2. Проползание в вертикально	«Собери пирамидку»	Обручи, мячи.	ООД № 15, стр. 35

					направлениях.		стоящий обруч и в воротца с захватом мяча; 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.			
25.	27.10	25.	27.10	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба в прямом направлении. Бег, не наталкиваясь друг на друга.	ОРУ с кубиками (комплекс № 1, с 37)	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой); 2. Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча; 3. Скатывание мяча среднего размера с горки и скатывание вслед за ним	«Скати с горки»	Игрушки медведя и тигра, обручи, мячи, горки	ООД № 17, стр.38
26.	30.10	26.	31.10	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба в прямом направлении. Бег, не наталкиваясь друг на друга.	ОРУ с кубиками (комплекс № 1, с 37)	1. Прыжки на двух ногах на месте с мячом в руках; 2. Проползание заданного расстояния с прокатыванием мяча перед собой; 3. Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками.	«Скати и догони»	Мячи, кегли.	ООД № 18, стр. 39
27.	01.11	27.	02.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба в прямом направлении. Бег, не наталкиваясь друг на друга.	ОРУ с кубиками (комплекс № 1, с 37)	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от одной игрушки к другой); 2. Проползание в два вертикально стоящих друг за другом обруча; 3. Скатывание мяча среднего размера с горки и скатывание вслед за ним	«Скати с горки»	Игрушки медведя и тигра, обручи, мячи, горки	ООД № 17, стр.38
28.	03.11	28.	03.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях	ОРУ на мягких модулях (комплекс № 2, с.37)	1. Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под две	«Подпрыгни до ладони»	Погремушки, скамейки, мячи	ООД № 19, стр. 39

				в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.			скамейки, стоящие рядом; 3. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками).			
		29.	07.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях	ОРУ на мягких модулях (комплекс № 2, с.37)	1. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 2. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; 3. Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках.	«Догони мяч»	Стойки, гимнастическая палка, мячи.	ООД № 20, стр.39
29.	08.11	30.	09.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях	ОРУ на мягких модулях (комплекс № 2, с.37)	1. Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под две скамейки, стоящие рядом; 3. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками).	«Подпрыгни до ладони»	Погремушки, скамейки, мячи	ООД № 19, стр. 39
30.	10.11	31.	10.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба в прямом направлении. Бег в различных направлениях.	ОРУ с кубиками (комплекс № 1, с 37)	1. Перепрыгивание через веревку на двух ногах; 2. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 3. Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.	«Проползи под дугу»	Веревка, стойки, гимнастическая палка, мячи, дуги	ООД № 21, стр. 40
31.	13.11	32.	14.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и	Ходьба в прямом направлении. Бег, не наталкиваясь друг на друга.	ОРУ с кубиками (комплекс № 1, с 37)	1. Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под скамейку; 3. Прокатывание мячей друг другу и воспитателю.	«Попрыгай, как мячик»	Погремушки, скамейки, мячи.	ООД № 22, стр. 40

				физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.						
32.	15.11	33.	16.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба в прямом направлении. Бег в различных направлениях.	ОРУ с кубиками (комплекс № 1, с 37)	1. Перепрыгивание через веревку на двух ногах; 2. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 3. Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.	«Проползи под дугу»	Веревка, стойки, гимн.палка, мячи, дуги	ООД № 21, стр. 40
33.	17.11	34.	17.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег, не наталкиваясь друг на друга.	ОРУ на мягких модулях (комплекс № 2, с.37)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча; 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.	«Прокати мяч и догони его»	Обручи, мячи, кубики.	ООД № 23, стр.41
34.	20.11	35.	21.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба в прямом направлении. Бег в различных направлениях.	ОРУ на мягких модулях (комплекс № 2, с.37)	1. Проползание в вертикально стоящий обруч; 2. Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой).	«Доползи до игрушки»	Обручи, мячи	ООД № 24, стр. 41
35.	22.11	36.	23.11	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Развивать интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег, не наталкиваясь друг на друга.	ОРУ на мягких модулях (комплекс № 2, с.37)	4. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 5. Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча; 6. Прокатывание мяча двумя и	«Прокати мяч и догони его»	Обручи, мячи, кубики.	ООД № 23, стр.41

				Обеспечивать закаливание организма детей.			одной рукой друг другу, между предметами.			
36.	24.11	37.	24.11	Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.42)	1.Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу; 2. Проползание в заданном направлении; 3. Скатывание мяча с горки.	«Пройди по дорожке»	Веревка, мячи, кубики	ООД № 25, стр.44
37.	27.11	38.	28.11	Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Побуждать детей к двигательной активности. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.42)	1. Проползание заданного расстояния до предмета; 2. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; 3. Скатывание мяча с горки.	«Пройди по мостику»	Мячи, кегли, веревка, кубики	ООД № 26, стр.44
38.	29.11	39.	30.11	Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Обеспечивать охрану и укрепление здоровья детей.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.42)	1.Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу; 2. Проползание в заданном направлении; 3. Скатывание мяча с горки.	«Пройди по дорожке»	Веревка, мячи, кубики	ООД № 25, стр.44
39.	01.12	40.	01.12	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Упражнять в прыжках с продвижением вперед.	Ходьба в прямом направлении. Бег, догоняя катящиеся предметы	ОРУ со скамейкой(комплекс №2, с.43)	1. Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед; 2. Перелезание через валик; 3. Катание мяча двумя руками воспитателю.	«Через ручеек»	Мячи, валики, гимн.скамейка	ООД № 27, стр.45
40.	04.12	41.	05.12	Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Упражнять в прыжках с продвижением	Ходьба в прямом направлении. Бег, догоняя катящиеся предметы	ОРУ со скамейкой(комплекс №2, с.43)	1.Проползание в вертикально стоящий обруч; 2. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с	«Лови мяч»	Гимн.скамейка, обручи, мячи	ООД № 28, стр.45

				вперед. Развивать точность в передаче мяча.			хлопками; 3. Катание мяча двумя руками друг другу.			
41.	06.12	42.	07.12	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела. Упражнять в прыжках с продвижением вперед.	Ходьба в прямом направлении. Бег, догоняя катящиеся предметы	ОРУ со скамейкой(комплекс №2, с.43)	1. Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением вперед; 2. Перелезание через валик; 3. Катание мяча двумя руками воспитателю.	«Через ручеек»	Мячи, валики, гимн.скамейка	ООД № 27, стр.45
42.	08.12	43.	08.12	Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег, догоняя катящиеся предметы	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.42)	1.Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой; 2. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; 3. Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.	«Перелезь через бревно»	Кубики, обручи, кегли, мячи	ООД № 29, стр.46
43.	11.12	44.	12.12	Упражнять в прыжках, беге, прокатывании мяча в прямом направлении. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.	Ходьба в прямом направлении. Бег, догоняя катящиеся предметы	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.42)	1. Проползание в воротца; 2. Подпрыгивание на двух ногах с хлопком; 3. Прокатывание мяча двумя руками воспитателю.	«Через ручеек»	Кубики, дуги, мячи	ООД № 30, стр.46
44.	13.12	45.	14.12	Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Формировать умение сохранять устойчивое положение тела.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег, догоняя катящиеся предметы	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.42)	1.Проползание в вертикально стоящий обруч за игрушкой; 2. Прыжки на двух ногах, слегка продвигаясь вперед с хлопками; 3. Прокатывание мячей двумя руками друг другу и воспитателю.	«Перелезь через бревно»	Кубики, обручи, кегли, мячи	ООД № 29, стр.46
45.	15.12	46.	15.12	Учить прокатывать мяч одной и двумя руками. Упражнять в прыжках в высоту. Формировать умения в ходьбе, беге, прыжках.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ со скамейкой(комплекс №2, с.43)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под скамейку; 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.	«Прокати мяч»	Гимн.скамейка, мячи	ООД № 31, стр.47

46.	18.12	47.	19.12	Формировать умения в основных видах движений (ходьбе, беге, прыжках). Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ со скамейкой(комплекс №2, с.43)	1. Прыжки на двух ногах на месте и продвигаясь вперед; 2. Катание мяча двумя и одной рукой в паре с воспитателем.	«Брось мяч»	Гимн.скамейка, мячи	ООД № 32, стр.47
47.	20.12	48.	21.12	Учить прокатывать мяч одной и двумя руками. Упражнять в прыжках в высоту. Формировать умения в ходьбе, беге, прыжках.	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ со скамейкой(комплекс №2, с.43)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под скамейку; 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.	«Прокати мяч»	Гимн.скамейка, мячи	ООД № 31, стр.47
48.	22.12	49.	22.12	Способствовать психофизическому развитию детей. Учить выразительности движений. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег, догоняя катящиеся предметы.	ОРУ с лентами (комплекс №1, с.48)	1. Прыжки в высоту 2. Перелезание через валик 3. Бросание мяча двумя руками снизу	«Перелезь через бревно»	Ленточки, валик, мячи, напольное бревно	ООД № 33, стр.49
49.	25.12	50.	26.12	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Упражнять в ползании в прямом направлении; в подпрыгивании вверх до предмета.	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег за воспитателем, от воспитателя	ОРУ с лентами (комплекс №1, с.48)	1. Подползание под дугу 2. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка. 3. Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу	«Пройди по дорожке»	Ленточки, дуги, игрушка, мячи	ООД № 34, стр.50
50.	27.12	51.	28.12	Способствовать психофизическому развитию детей. Учить выразительности движений. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег, догоняя катящиеся предметы.	ОРУ с лентами (комплекс №1, с.48)	1. Прыжки в высоту 2. Перелезание через валик 3. Бросание мяча двумя руками снизу	«Перелезь через бревно»	Ленточки, валик, мячи, напольное бревно	ООД № 33, стр.49
51.	29.12	52.	29.12	Учить бросать мяч двумя руками снизу. Упражнять в ползании в прямом направлении; в перепрыгивании через веревку.	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег, догоняя катящиеся предметы.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.49)	1. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; 2. Бросание мяча двумя руками снизу; 3. Подлезание под веревку.	«Прокати мяч»	Стульчики, веревка, мячи	ООД № 35, стр.50
52.	10.01	53.	09.01	Повторить ходьбу и бег в различных направлениях;	Ходьба с опорой на зрительные	ОРУ со стульчикам	1. Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до	«Лови мяч»	Стульчики, игрушка,	ООД № 36,

				упражнять в прыжках на двух ногах в высоту; повторить упражнения с мячом.	ориентиры. Бег в различных направлениях	и (комплекс №2, с.49)	предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом впереди стоящей игрушки; 3. Ловля мяча, брошенного воспитателем.		обруч, мячи	стр.51
		54.	11.01	Учить бросать мяч двумя руками снизу. Упражнять в ползании в прямом направлении; в перепрыгивании через веревку.	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег, догоняя катящиеся предметы.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.49)	1. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; 2. Бросание мяча двумя руками снизу; 3. Подлезание под веревку.	«Прокати мяч»	Стульчики, веревка, мячи	ООД № 35, стр.50
53.	12.01	55.	12.01	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Упражнять в ползании в прямом направлении; в подпрыгивании вверх до предмета.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях.	ОРУ с лентами (комплекс №1, с.48)	1. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку, сопровождающееся захватом стоящей впереди игрушки; 3. Бросание мяча двумя руками снизу.	«Через ручеек»	Ленточки, игрушка, веревка, стойки, мячи	ООД № 37, стр.51
54.	15.01	56.	16.01	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Упражнять в ползании в прямом направлении; в подпрыгивании вверх до предмета.	Ходьба по кругу, взявшись за руки.Бег, догоняя катящиеся предметы.	ОРУ с лентами (комплекс №1, с.48)	1. Прыжки на двух ногах, сопровождающиеся небольшим продвижением вперед; 2. Перелезание через валик; 3. Перебрасывание малого мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребенка.	«Брось мяч»	Ленточки, игрушки, мячи, веревка, стойки	ООД № 38, стр.52
55.	17.01	57.	18.01	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Упражнять в ползании в прямом направлении; в подпрыгивании вверх до предмета.	Ходьба по кругу, взявшись за руки. Бег в различных направлениях.	ОРУ с лентами (комплекс №1, с.48)	1. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку, сопровождающееся захватом стоящей впереди игрушки; 3. Бросание мяча двумя руками снизу.	«Через ручеек»	Ленточки, игрушка, веревка, стойки, мячи	ООД № 37, стр.51

56.	19.01	58.	19.01	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Упражнять в ползании в прямом направлении; в подпрыгивании вверх до предмета.	Ходьба приставными шагами вперед, в стороны. Бег в различных направлениях.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.49)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под скамейку; 3. Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка.	«Лови мяч»	Стульчики, гимн.скамейка, мячи, веревка, стойки	ООД № 39, стр.52
57.	22.01	59.	23.01	Повторить ходьбу и бег в различных направлениях; Упражнять в прыжках, ползании в заданном направлении.	Ходьба по кругу, взявшись за руки.Бег, догоняя катящиеся предметы.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.49)	1. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; 2. Проползание в заданном направлении.	«Через ручеек»	Стульчики, веревка, гимн.палки	ООД № 40, стр.53
58.	24.01	60.	25.01	Учить прокатывать мяч в прямом направлении. Упражнять в ползании в прямом направлении; в подпрыгивании вверх до предмета.	Ходьба приставными шагами вперед, в стороны. Бег в различных направлениях.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.49)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под скамейку; 3. Перебрасывание малого мяча через веревку, натянутую на уровне груди ребенка.	«Лови мяч»	Стульчики, гимн.скамейка, мячи, веревка, стойки	ООД № 39, стр.52
59.	26.01	61.	26.01	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.54)	1.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); 2. Проползание в два вертикально стоящих обруча; 3. Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.	«Скати с горки»	Кубики, игрушки, обручи, мячи	ООД № 41, стр.55
60.	29.01	62.	30.01	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.54)	1. Прыжки на двух ногах с мячом в руках; 2. Проползание заданного расстояния, прокатывая мяч перед собой; 3. Прокатывание мяча одной рукой между двумя игрушками.	«Скати и догони»	Кубики, мячи, кегли	ООД № 42, стр.56

61.	31.01	63.	01.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.54)	1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); 2. Проползание в два вертикально стоящих обруча; 3. Скатывание мяча с горки, скатывание вслед за ним.	«Скати с горки»	Кубики, игрушки, обручи, мячи	ООД № 41, стр.55
62.	02.02	64.	02.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой направления движения. Бег в различных направлениях.	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.54)	1. Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под двумя скамейками, стоящими рядом; 3. Ловля мяча, брошенного воспитателем.	«Пройди по мостику»	Мягкие модули, игрушки, гимн. скамейки, мяч	ООД № 43, стр.56
63.	05.02	65.	06.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой направления движения. Бег в различных направлениях.	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.54)	1. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 2. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; 3. Прыжки с продвижением вперед с мячом в руках.	«Пройди по дорожке»	Мягкие модули, гимн. палки, стойки, дуги, мячи..	ООД № 44, стр.57
64.	07.02	66.	08.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой направления движения. Бег в различных направлениях.	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.54)	1. Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под двумя скамейками, стоящими рядом; 3. Ловля мяча, брошенного воспитателем.	«Пройди по мостику»	Мягкие модули, игрушки, гимн. скамейки, мяч	ООД № 43, стр.56
65.	09.02	67.	09.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание	Ходьба, перешагивая через предметы. Бег между двумя линиями.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.54)	1. Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах;	«Проползи в воротца»	Кубики, веревка, гимн. палка, стойки, мячи	ООД № 45, стр.57

				организма детей.			2. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 3. Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.			
66.	12.02	68.	13.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в различных направлениях.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.54)	1. Подпрыгивание до погремушек, висящих выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под скамейку; 3. Бросание мяча двумя руками снизу.	«Попрыгай как мячик»	Кубики, погремушка, гимн.скамейка, мячи	ООД № 46, стр.66
67.	14.02	69.	15.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба, перешагивая через предметы.Бег между двумя линиями.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.54)	1. Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах; 2. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 3. Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой.	«Проползи в воротца»	Кубики, веревка, гимн.палка, стойки, мячи	ООД № 45, стр.57
68.	16.02	70.	16.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма	Ходьба со сменой направления движения.Бег между двумя линиями.	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.54)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча; 3. Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами.	«Прокати мяч и догони его»	Мягкие модули, обручи, дуги, мячи, кубики	ООД № 47, стр.58
69.	19.02	71.	20.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать.	Ходьба, перешагивая через	ОРУ на мягких	1. Подползание под веревку 2. Бросание мяча двумя руками	«Через ручеек»	Мягкие модули,	ООД № 48,

				Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма	предметы. Бег между двумя линиями.	модулях (комплекс №2, с.54)	снизу.		веревка, стойки, мячи	стр.59
70.	21.02	72.	22.02	Воспитывать умение самостоятельно действовать. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма	Ходьба со сменой направления движения. Бег между двумя линиями.	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.54)	1. Подпрыгивание до ладони воспитателя, находящейся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Проползание в вертикально стоящий обруч и в воротца с захватом мяча; 3. Прокатывание мяча двумя руками и одной рукой друг другу, между предметами.	«Прокати мяч и догони его»	Мягкие модули, обручи, дуги, мячи, кубики	ООД № 47, стр.58
71.	26.02	73.	27.02	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ с флажками (комплекс №1, с.59)	1. Бросание мяча воспитателю; 2. Проползание заданного расстояния; 3. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.	«Перешагни через палку»	Флажки, мячи, веревка, палка, стойки	ООД № 49, стр.61
72.	28.02	74.	29.02	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег за воспитателем, от воспитателя.	ОРУ с флажками (комплекс №1, с.59)	1. Проползание заданного расстояния до предмета; 2. Прыжки на двух ногах с места как можно дальше; 3. Катание мяча между предметами.	«Мой веселый звонкий мяч»	Флажки, кубики, мячи.	ООД №50, стр.61
73.	01.03	75.	01.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ с флажками (комплекс №1, с.59)	1. Бросание мяча воспитателю; 2. Проползание заданного расстояния; 3. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу.	«Перешагни через палку»	Флажки, мячи, веревка, палка, стойки	ООД № 49, стр.61
74.	04.03	76.	05.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя	ОРУ со скамейкой (комплекс №2, с.60)	1. Прыжки на двух ногах с места как можно дальше; 2. Перелезание через бревно; 3. Бросание мяча двумя руками воспитателю.	«Перепрыгни через ручеек»	Скамейка, бревно, мячи	ООД № 51, стр.62

					линиями, не наступая на них.					
75.	06.03	77.	07.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагог. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ со скамейкой (комплекс №2, с.60)	1.Перелезание через бревно; 2. Прыжки на двух ногах как можно дальше (со зрительным ориентиром); 3. Прокатывание мячей двумя руками в произвольном направлении.	«Пройди по дорожке»	Скамейка, бревно, кубики, мячи	ООД № 52, стр.62
76.	11.03	78.	12.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагог. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ со скамейкой (комплекс №2, с.60)	1. Прыжки на двух ногах с места как можно дальше; 2. Перелезание через бревно; 3. Бросание мяча двумя руками воспитателю.	«Перепрыгни через ручеек»	Скамейка, бревно, мячи	ООД № 51, стр.62
77.	13.03	79.	14.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ с флажками (комплекс №1, с.59)	1. Влезание на лестницу-стремянку (попытки); 2. Прыжки на двух ногах как можно дальше; 3. Прокатывание мячей двумя руками друг другу в произвольном направлении.	«Курочка-хохлатка»	Флажки, мячи	ООД № 53, стр.63
78.	15.03	80.	15.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ с флажками (комплекс №1, с.59)	1. Перелезание через бревно; 2. Прыгание на двух ногах как можно дальше; 3. Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) воспитателю.	«Пройди по дорожке»	Флажки, кубики, бревно, мячи	ООД № 54, стр.63
79.	18.03	81.	19.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать	Ходьба, огибая предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ с флажками (комплекс №1, с.59)	1. Влезание на лестницу-стремянку (попытки); 2. Прыжки на двух ногах как можно дальше;	«Курочка-хохлатка»	Флажки, мячи	ООД № 53, стр.63

				укрепление здоровья детей.			3. Прокатывание мячей двумя руками друг другу в произвольном направлении.			
80.	20.03	82.	21.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагог. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ со скамейкой (комплекс №2, с.60)	1. Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах; 2. Проползание заданного расстояния до ориентира; 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.	«Перешагни через ручеек»	Скамейка, веревка, кубики, мячи	ООД № 55, стр.64
81.	22.03	83.	22.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ со скамейкой (комплекс №2, с.60)	1. Прыжки на двух ногах с места как можно дальше; 2. Бросание мяча двумя руками в паре с воспитателем.	«Куручка-хохлатка»	Скамейка, мячи	ООД № 56, стр. 64
82.	25.03	84.	26.03	Побуждать к двигательной активности. Учить разнообразно действовать с мячом. Обеспечивать укрепление здоровья детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагог. Бег за воспитателем, бег от воспитателя.	ОРУ со скамейкой (комплекс №2, с.60)	1. Перепрыгивание через веревочку (или гимнастическую палку), лежащую на полу, на двух ногах; 2. Проползание заданного расстояния до ориентира; 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу.	«Перешагни через ручеек»	Скамейка, веревка, кубики, мячи	ООД № 55, стр.64
83.	27.03	85.	28.03	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ с платочками (комплекс №1, с.65)	1. Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку; 3. Прокатывание мяча одной и двумя руками.	«Мишки идут по лесу»	Платочки, погремушки, веревка, стойки,	ООД № 57, стр.67
84.	29.03	86.	29.03	Способствовать психофизическому развитию	Ходьба со сменой характера	ОРУ с платочками	1. Подползание под дугу; 2. Прыжки с места на двух	«Мишки идут по лесу»	Платочки, дуги, мячи	ООД № 58,

				детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	движения в соответствии с указанием педагога. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.	(комплекс №1, с.65)	ногах как можно дальше; 3. Прокатывание мяча одной и двумя руками под дугу.			стр.67
85.	01.04	87.	02.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ с платочками (комплекс №1, с.65)	1. Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку; 3. Прокатывание мяча одной и двумя руками.	«Мишки идут по лесу»	Платочки, погремушки, веревка, стойки,	ООД № 57, стр.67
86.	03.04	88.	04.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.66)	1. Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Прокатывание мяча между предметами; 3. Проползание в вертикально стоящий обруч.	«Курочка-хохлатка»	Стульчики, игрушка, мячи, обручи	ООД № 59, стр.68
87.	05.04	89.	05.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.66)	1. Прыжки на двух ногах на месте с подпрыгиванием до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 2. Проползание под гимнастическую скамейку с захватом впереди стоящей	«Мишки идут по лесу»	Стульчики, погремушки, гимн. скамейка, мячи	ООД № 60, стр.68

					линиями, не наступая на них.		игрушки; 3. Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой), бег за мячом.			
88.	08.04	90.	09.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.66)	1. Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; 4.Прокатывание мяча между предметами; 5.Проползание в вертикально стоящий обруч.	«Курочка-хохлатка»	Стульчики, игрушка, мячи, обручи	ООД № 59, стр.68
89.	10.04	91.	11.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.	ОРУ с платочками (комплекс №1, с.65)	1. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку (высота 30-40 см) с захватом стоящей впереди игрушки; 3. Катание мяча между предметами.	«Попади в воротца»	Платочки, погремушки, веревка, стойки, мячи.	ООД № 61, стр.69
90.	12.04	92.	12.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ с платочками (комплекс №1, с.65)	1. Перепрыгивание через две параллельные линии; 2. Перелезание через бревно; 3. Прокатывание мяча между предметами.	«Попади в воротца»	Платочки, две веревки, бревно, мячи, кегли	ООД № 62, стр.69

91.	15.04	93.	16.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.	ОРУ с платочками (комплекс №1, с.65)	1. Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка; 2. Подползание под веревку (высота 30-40 см) с захватом стоящей впереди игрушки; 3. Катание мяча между предметами.	«Попади в воротца»	Платочки, погремушки, веревка, стойки, мячи.	ООД № 61, стр.69
92.	17.04	94.	18.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.66)	1. Перепрыгивание через две параллельные линии; 2. Влезание на лестницу-стремянку с помощью взрослого (попытки); 3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.	«Мишки идут по лесу»	Стульчики, две веревки, мячи, кегли	ООД № 63, стр.70
93.	19.04	95.	19.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба со сменой характера движения в соответствии с указанием педагога. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.66)	1. Проползание в вертикально стоящий обруч; 2. Прокатывание мяча в произвольном направлении.	«Попади в воротца»	Стульчики, обручи, мячи	ООД № 64, стр.70
94.	22.04	96.	23.04	Способствовать психофизическому развитию детей. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Обеспечивать	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см.	ОРУ со стульчикам и (комплекс №2, с.66)	1. Перепрыгивание через две параллельные линии; 2. Влезание на лестницу-стремянку с помощью взрослого (попытки);	«Мишки идут по лесу»	Стульчики, две веревки, мячи, кегли	ООД № 63, стр.70

				закаливание организма детей.	Бег со сменой направления движения в соответствии с указаниями педагога.		3. Прокатывание мяча двумя и одной рукой друг другу, между предметами.			
95.	24.04	97.	25.04	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный - до 80 м.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.71)	1. Прыжки с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); 2. Проползание в два вертикально стоящих обруча; 3. Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним.	«Мой веселый, звонкий мяч»	Кубики, игрушки, обручи, мячи	ООД № 65, стр.73
96.	26.04	98.	26.04	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег медленный – до 80м	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.71)	1. Прыжки на двух ногах с места как можно дальше; 2. Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки); 3. Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой поочередно) между двумя игрушками.	«Мой веселый, звонкий мяч»	Кубики, игрушки, мячи	ООД № 66, стр.73
97.	27.04	99.	02.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный - до 80 м.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.71)	1. Прыжки с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); 2. Проползание в два вертикально стоящих обруча; 3. Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним.	«Мой веселый, звонкий мяч»	Кубики, игрушки, обручи, мячи	ООД № 65, стр.73
98.	03.05	100.	03.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный - до 80 м.	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.72)	1. Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под две скамейки, стоящие рядом; 3. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами	«Перешагни через ручеек»	Мягкие модули, игрушка, скамейки, мячи	ООД № 67, стр.74

99.	06.05	101.	07.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег медленный – до 80м	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.72)	1. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 2. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; 3. Прыжки с места как можно дальше с мячом в руках.	«Мой веселый, звонкий мяч»	Мягкие модули, гимн. палки, мячи	ООД № 68, стр.74
100.	08.05			Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег медленный – до 80м	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.72)	3. Подползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола; 4. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) под дугу; 3. Прыжки с места как можно дальше с мячом в руках.	«Мой веселый, звонкий мяч»	Мягкие модули, гимн. палки, мячи	ООД № 68, стр.74
101.	13.05	102.	14.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный - до 80 м.	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.72)	1. Подпрыгивание до двух игрушек, находящихся выше поднятых рук ребенка, слегка продвигаясь вперед; 2. Подползание под две скамейки, стоящие рядом; 3. Прокатывание двух мячей поочередно (двумя руками) между предметами	«Перешагни через ручеек»	Мягкие модули, игрушка, скамейки, мячи	ООД № 67, стр.74
102.	15.05	103.	16.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег непрерывный – 30-40 сек	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.71)	1. Перелезание через бревно; 2. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; 3. Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой в произвольном направлении.	«Попади в воротца»	Кубики, бревно, веревка, мячи,	ООД № 69, стр. 75

103.	17.05	104.	17.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба, огибая предметы. Бег непрерывный – 30-40 сек	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.71)	1. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; 2. Подползание под скамейку; 3. Бросание мяча взрослому.	«Мой веселый, звонкий мяч»	Кубики, веревка, скамейка, мячи.	ООД № 70, стр.75
104.	20.05	105.	21.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег непрерывный – 30-40 сек	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.71)	1. Перелезание через бревно; 2. Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу; 3. Прокатывание двух мячей поочередно правой и левой рукой в произвольном направлении.	«Попади в воротца»	Кубики, бревно, веревка, мячи,	ООД № 69, стр. 75
105.	22.05	106.	23.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный – до 80м	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.72)	1. Прыжки через две параллельные линии; 2. Влезание на лестницу-стремянку (попытки); 3. Прокатывание мяча под дугой поочередно правой и левой рукой.	«Мишки идут по лесу»	Мягкие модули, две веревки, мячи	ООД № 71, стр.71
106.	24.05	107.	24.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег непрерывный – 30-40 сек	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.72)	1. Подползание под гимнастическую палку; 2. Прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира; 3. Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой между предметами.	«Мишки идут по лесу»	Мягкие модули, гимн. палки, мячи	ООД № 72, стр.72
107.	27.05	108.	28.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный – до 80м	ОРУ на мягких модулях (комплекс №2, с.72)	1. Прыжки через две параллельные линии; 2. Влезание на лестницу-стремянку (попытки); 3. Прокатывание мяча под дугой поочередно правой и левой рукой.	«Мишки идут по лесу»	Мягкие модули, две веревки, мячи	ООД № 71, стр.71
108.	29.05	109.	30.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно.	Ходьба с перешагиванием	ОРУ на мягких	1. Подползание под гимнастическую палку;	«Мишки идут по лесу»	Мягкие модули, гимн.	ООД № 72,

				Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег непрерывный – 30-40 сек	модулях (комплекс №2, с.72)	2. Прыжки с места на двух ногах до зрительного ориентира; 3. Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой между предметами.		палки, мячи	стр.72
109.	31.05	110.	31.05	Воспитывать умение действовать самостоятельно. Формировать основные жизненно важные движения. Обеспечивать закаливание организма детей.	Ходьба с перешагиванием веревки (палки), приподнятой на высоту 5-15 см. Бег медленный - до 80 м.	ОРУ с кубиками (комплекс №1, с.71)	1. Прыжки с продвижением вперед (от игрушки к игрушке); 2. Проползание в два вертикально стоящих обруча; 3. Скатывание мяча с горки и скатывание вслед за ним.	«Мой веселый, звонкий мяч»	Кубики, игрушки, обручи, мячи	ООД № 65, стр.73

2.4. ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Формы, способы, методы и средства реализации программы педагог определяет самостоятельно в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Согласно ФГОС ДО педагог может использовать различные **формы** реализации программы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей: двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие).

Для достижения задач воспитания в ходе реализации программы педагог может использовать следующие **методы**:

<i>Совместная образовательная деятельность педагогов с детьми</i>		<i>Самостоятельная деятельность детей</i>	<i>Образовательная деятельность в семье</i>
<i>Организованная образовательная деятельность</i>	<i>Образовательная деятельность в режимных моментах</i>		
<p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - классические (обычные) - игровые - сюжетные - тематические - комплексные - контрольно-диагностические - коррекционные - учебно-тренирующего характера - с играми-эстафетами - с играми аттракционами - на спортивных комплексах - на тренажерах - на танцевальном материале - на воздухе <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - с предметами - без предметов - имитационные - игры с элементами спорта - спортивные упражнения 	<p>Индивидуальная работа с детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игровые упражнения - игровые ситуации <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - классическая - игровая - музыкально-ритмическая - аэробика - имитационные движения - полоса препятствий <p>Упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - корригирующие - коррекционные - классические <p>Спортивные игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> - городки - элементы баскетбола - бадминтон - элементы хоккея - элементы настольного тенниса - элементы футбола <p>Физкультурные минутки</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Спортивные праздники</p> <p>Гимнастика после дневного сна</p>	<p>Спортивные уголки в группах с набором оборудования для двигательной деятельности детей в режиме дня</p> <p>Атрибуты для спортивных игр</p> <p>Оборудование для спортивных игр</p>	<ul style="list-style-type: none"> - беседы - совместные игры - походы - занятия в спортивных секциях - подвижные игры - игровые упражнения - имитационные движения

При реализации программы педагог может использовать различные **средства**, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

- демонстрационные и раздаточные;

- визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;
- естественные и искусственные;
- реальные и виртуальные.

Вариативность форм, методов и средств реализации программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации программы педагог учитывает субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Занятия по физической культуре в группе для детей 2-3 лет проводятся три раза в неделю, их продолжительность составляет не более 10 минут. Спортивный зал проветривается, предварительно проводится влажная уборка. Дети занимаются в соответствующей и общепринятой одежде (шорты, майка или футболка).

Физкультурные занятия построены по общепринятой структуре и состоят из вводной, основной и заключительной частей. Для каждой части занятия характерны свои задачи.

Вводная часть (2 минуты) включает упражнения, которые мобилизуют внимание детей, подготавливают к выполнению предстоящей двигательной нагрузки, являясь небольшой разминкой. Это упражнения в ходьбе, беге, построениях, с различными заданиями, иногда с музыкальным сопровождением.

Упражнения в ходьбе и беге, как правило, проводятся в чередовании. Сначала предлагается ходьба – примерно половину и треть «круга», а затем – бег полный «круг», и задания повторяются.

Построения и перестроения развивают у детей ориентировку в пространстве, помогают осмысливать свои действия.

Основная часть (7 минут) включает гимнастические упражнения общеразвивающего характера с различными предметами и без них; основные виды движений (упражнения в равновесии, прыжках, лазании и метании), подвижную игру.

Для выполнения *общеразвивающих упражнений* построения могут быть различными и выполняться по ориентирам (кубики, мячи, кегли), особенно в начале обучения.

Особое внимание уделяется правильному исходному положению ног, так как это определяет общую нагрузку на организм и отдельные группы мышц.

Исходные положения предлагаются самые разнообразные: стойка ноги на ширине ступни, врозь, стойка на коленях, лежа на спине и животе. Важен последовательный переход от одного исходного положения к другому. Так, если нужно перевести детей из положения стоя в положения лежа, то сначала их переводят в положение сидя (плавно опускаясь), а затем в положение лежа. Для перехода из положения стоя в положение стойка на коленях требуется, чтобы дети сначала присели и затем плавно опустили на колени (не ударяясь о пол).

При проведении общеразвивающих упражнений в положении стоя, как правило, используют две позиции – стойка ноги на ширине ступни и врозь. Наклоны и повороты воспитатель выполняет с детьми 1–2 раза. Далее малыши продолжают выполнять упражнение самостоятельно по указанию педагога.

Систему планирования основных видов движений можно представить в следующем виде: на первой неделе каждого месяца детей обучают равновесию и упражняют в прыжках; на второй неделе обучают прыжкам и упражняют в метании (все упражнения с мячом обозначены термином «метание»); на третьей – обучают метанию и упражняют в лазании, на четвертой – обучают лазанию и упражняют в равновесии. В практике работы данная система названа воспитателями «круговой». Подвижная игра — кульминационный момент занятия в плане физической и эмоциональной нагрузки на организм ребенка.

Заключительная часть (1 минут). После подвижной игры детей надо привести в относительно спокойное состояние и только после этого можно перейти к другим видам деятельности. Как правило, в заключительную часть занятия входят простые упражнения, игры малой подвижности, хороводы.

Цикличность процессов жизнедеятельности обуславливают необходимость выполнения режима, представляющего собой рациональный порядок дня, оптимальное взаимодействие и определённую последовательность периодов подъёма и снижения активности, бодрствования и сна. Режим дня в детском саду организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первой и во второй половине дня.

3.2. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

Развивающая предметно-пространственная среда рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей, выступая основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

Предметно-пространственная среда спортивного зала включает организованное пространство помещения, материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. Предметно-пространственная среда спортивного зала создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

При организации предметно-пространственной среды спортивного зала детского сада учитываются:

- возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;
- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится дошкольное образовательное учреждение;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала содержательно-насыщенная; трансформируемая; полифункциональная; доступная; безопасная, обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и прочее, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

Для занятий в спортивном зале созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- 1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы;
- 2) выполняются требования санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов;
- 3) выполняются требования пожарной безопасности и электробезопасности;
- 4) выполняются требования по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- 5) возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

Спортивный инвентарь, материалы и оборудование спортивного зала соответствует возрастным задачам воспитания детей дошкольного возраста и имеют документы, подтверждающие соответствие требованиям безопасности.

Для проведения занятий физической культурой на участке детского сада оборудована физкультурная площадка с зонами для подвижных и спортивных игр.

3.3. ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Сборник подвижных игр/ Автор-сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: Мозаика – Синтез, 2021
2. Федорова С. Ю. Планы физкультурных занятий. 2-3года. – М.: Мозаика – Синтез, 2021.

Диагностическая карта
Уровень овладения необходимыми умениями и навыками по образовательной области "Физическое развитие"
(Физическая культура)

на начало (конец) 2023-2024 учебного года

Группа № _____ общеразвивающей направленности для детей 2-3 лет

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Гибкость		Скоростно-силовые качества												Выносливость		Ловкость		Статич. равновесие		Общее кол-во баллов		Средний балл		Уровень развития	
		Наклон туловища вперед	Быстрота бег на 30м	Прыжок в длину с места		Прыжок в высоту		Бросок набивного мяча		Метание мешочка с песком правой рукой		Метание мешочка с песком левой рукой		Бег 150м		Бег на 10м между предметами		Равновесие на одной ноге		н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.		
				н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.	н.г.	к.г.										
1																											
2																											
3																											
4																											
5																											
6																											
7																											
8																											
9																											
10																											
11																											
	Количество баллов																										
	Средний балл																										
	% кач-ва усвоения прогр																										