МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЧУЛЫМСКОГО РАЙОНА ДЕТСКИЙ САД - ЯСЛИ «СВЕТЛЯЧОК»

Принято на педагогическом совете
протокол № 1 от 31.08.2023г.

Утверждаю:
директор МКДОУ детский сад - ясли
«Светлячок»
И.Е. Кислякова
приказ № 540 от 31.08.23г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Инструктора по физической культуре

на 2023 -2024 учебный год

Составитель:

Власенко Е.В

Инструктор по физической культуре

Чулым, 2023

Содержание:

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка……

1.2. Планируемые результаты освоения программы……..

1.3. Педагогическая диагностика планируемых результатов…….

2. Содержательный раздел

2.1. Учебный план реализации ООП ДО по физическому развитию в МКДОУ детский сад - ясли «Светлячок»…….

2.2. Задачи и содержания образования (обучения и воспитания)……..

2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства по реализации программы……

2.4. Модель организации совместной деятельности воспитателя с воспитанниками ДОУ…

2.4.1. Комплексно-тематический план по физическому развитию в МКДОУ детский сад - ясли «Светлячок» ……

2.4.2. Примерное календарно - тематическое планирование для среднего и старшего дошкольного возраста……..

2.4.3. Примерное календарно - тематическое планирование для среднего и старшего дошкольного возраста…….

2.5. Перспективный план работы с родителями.....

2.5.1.Перспективный план работы с воспитателями...…….

3. Организационный момент

3.1. Структура воспитательно-образовательного процесса……..

3.2. Расписание занятий по возрастам……..…….

3.3. Режим двигательной активности……..

3.4. Перспективный план культурно-досуговой деятельности……..

3.5. Обеспечение программы. Перечень программ, технологий, методический пособий……

3.6 Оснащенность предметно- пространственной среды…….

Лист корректировки……..

Приложения картотек по видам деятельности……

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования МКДОУ детского сада-ясли «Светлячок» (далее – Программа) разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) (далее – ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847) (далее – ФОП ДО).

Нормативно-правовой основой для разработки Программы являются следующие нормативно-правовые документы:

– Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

– Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

– Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

– Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»

– распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

– федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384; в редакции приказа Минпросвещения России от 8 ноября 2022 г. № 955, зарегистрировано в Минюсте России 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264);

– федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);

– Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31 июля 2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31 августа 2020 г., регистрационный № 59599);

– Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

– Устав МКДОУ детского сада – ясли «Светлячок»;

– Программа развития МКДОУ детского сада – ясли «Светлячок».

Программа отвечает образовательному запросу социума, обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС ДО.

Обязательная часть Программы соответствует ФОП ДО и обеспечивает:

– воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами;

– создание единого ядра содержания дошкольного образования (далее – ДО), ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным

ценностям российского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины;

– создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлена программа краеведческого образования детей дошкольного возраста в ДОО Новосибирской области, н направлена на нравственно-патриотическое воспитание детей 4-7 лет средствами ознакомления их с природно-климатическими, промышленными и культурными особенностями Новосибирской области и города Новосибирска.

Программа реализуется с 1 сентября 2023 года.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):

У ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные раннее 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;

Планируемые результаты (к четырем годам):

Ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

Ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

Ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

Планируемые результаты (к пяти годам):

Ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

Ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движений, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

Планируемые результаты (к шести годам):

Ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам,

показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представление о некоторых видах спорта, туризме как форме активного отдыха;
Ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, илу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
Ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

Планируемые результаты (к семи годам):
У ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;
Ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать движения и управлять ими;
Ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
Ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

1.3. Педагогическая диагностика планируемых результатов
Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий - карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе: коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешение конфликтов, лидерства и прочие).
Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач:
1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
2) оптимизации работы с группой детей.
В ходе образовательной деятельности педагоги создают диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия. В перспективе в качестве мониторинга освоения образовательной программы продолжать применять педагогическую диагностику индивидуального развития, автор кандидат психологических

наук Наталья Валентиновна Верещагина.

2. Содержательный раздел

2.1 Учебный план реализации ООП ДО по физическому развитию в МКДОУ детский сад - ясли «Светлячок»

Расписание непосредственно образовательной деятельности (НОД)
на 2023-2024 учебный год

№	Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	1-2 Первая группа раннего развития *5-7 минут*		9.20-9.25			9.20-9.25
2	2-3 Вторая группа раннего возраста *10 мин*	9.30-9-40		9.30-9.40		9.35-9.40
3	3-4 Младшая группа *15 минут*		9.30-9.45		9.30-9.45	10.20-10.30
4	4-5 Средняя группа *20 минут*	10.10-10.30				10.35-10.50
5	5-6 Старшая группа *25 минут*		10.10-10.35		10.10-10.35	10.55-11.15
6	6-7 Подготовительная группа *30 минут*	10.50-11.20		10.50-11.20		11.20-11.45

2.2. Задачи и содержания образования (обучения и воспитания)

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

Возраст	Задачи
От 1 до 2 лет	- создавать условия для последовательного становления первых основных движений (бросание, катание, ползание, лазанье, ходьба) в совместной деятельности педагога с ребёнком; -создавать условия для развития равновесия и ориентировки в пространстве; поддерживать желание выполнять физические упражнения в паре с педагогом; - привлекать к участию в играх-забавах, игровых упражнениях, подвижных играх, побуждать к самостоятельным действиям; - укреплять здоровье ребёнка средствами физического воспитания, способствовать усвоению культурно-гигиенических навыков для приобщения к здоровому образу жизни

От 2 до 3 лет	- Обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползанье, лазанье, 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 положительные отношения 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.

От 3 до 4 лет	- Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; - Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; - Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; - Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасности поведения в двигательной деятельности; - Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыка самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

От 4 до 5 лет	-Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техническому выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; -Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; -Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; -Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; -Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

	-Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.
От 5 до 6 лет	- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; - развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; -воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; - продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; -укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; -расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; - воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.
От 6 до 7 лет	- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; - развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; -поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; - воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; - формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям

	России, расширять представления о разных видах спорта; - сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; -воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства по реализации программы.
Согласно ФГОС ДО педагог может использовать различные формы реализации Федеральной программы в соответствии с видом деткой деятельности и возрастными особенностями детей:
В раннем возрасте (1 год-3 года):
Двигательная деятельность (основные движения, общеразвивающие упражнения, простые подвижные игры);
Игровая деятельность (изобразительная и сюжетно-отобразительная игра, игры с дидактическими игрушками);
В дошкольном возрасте (3 года и 8 лет):
Двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие);
Для достижения задач воспитания в ходе реализации Федеральной программы педагог может использовать следующие методы:
Организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);
Мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы);
При реализации Федеральной программы педагог может использовать различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:
-демонстрационные и раздаточные;
-визуальные, аудийные, аудиовизуальные;
-естественные и искусственные;
-реальные и виртуальные.

2.4. Модель организации совместной деятельности инструктора по физической культуре с воспитанниками ДОУ

1-я половина дня	2-я половина дня
Режимные моменты: -утренняя гимнастика; Индивидуальная работа (на основе наблюдений за активностью детей) Совместная деятельность: - игровая;	Режимные моменты: - бодрящая гимнастика после сна; Совместная деятельность: - игровая; - коммуникативная; - познавательно- исследовательская;

- коммуникативная; - познавательно- исследовательская; - конструирование; - двигательная. НОД по расписанию.	- конструирование; - двигательная.

2.4.1. Комплексно-тематический план по физическому развитию в МКДОУ детский сад - ясли «Светлячок»

Месяц/ Группа	Первая группа раннего возраста 1-2 года	Вторая группа раннего возраста 2-3	Младшая группа и 3-4 года	Средняя группа 4- 5 лет	Старшая группа «5-6 лет «Умники и умницы»	Подготовительная к школе группа «Любознайки» 6-7 лет
Сентябрь	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; прокатывание мяча друг другу. Укрепления мышц	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; прокатывание мяча друг другу. Укрепления мышц	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжкам и на двух ногах на месте; ходьба и бег в колоне по одному; прокатывание мяча друг другу;	Упражнять в ходьбе и беге колонной, в энергичном отталкивании от пола двумя ногами. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьш. площади опоры, подпрыгивать вверх энергично,	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя ногами от пола взмах рук в прыжке с доставанием до предмета, подбрасыванию мяча вверх, ходьбе с	Упр-ть в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюден, дистанции, с четким фиксир. поворотов; по кругу с остановкой по сигналу. Упр-ть в сохран. равновесия на повыш. опоре; развив, точность при переброске мяча; координ. движ. в прыжке с достав, до предмета,

			ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. Развитие концентрации внимани. Укрепления мышц верхнего плечевого пояса.	подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками. Закрепить прокатывание мяча *в* прямом направлении, подлезание под шнур в группировке. Развитие координации движений рук и ног.	изменением темпа, пролезании в обруч, не задевая края. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, врассыпную, в перебрасывании мяча, в подбрасывании мяча двумя руками вверх, в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением вперед.	при перешаг. через предметы. Повторить: упр. на перебрасыв. мяча и подлезание под шнур; в переползании через скам.; прыжки на 2 ногах; акробат, кувырок. Развитие концентрации внимания; формирование пространственных представлений.

					Развитие мелкой моторики кисти, согласованности движений рук и ног, воображения.	
Октябрь	Учить ходить и бегать, ползать на четвереньках Укрепление мышц спины.	Учить ходить и бегать, ползать на четвереньках Укрепление мышц спины.	Учить ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать умение присоединяться на полусогнутые ноги; во время ходьбы и бега действовать по плану, развивать навык энергичного отталкивания	Учить сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; находить свое место при ходьбе и беге, развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. Упражнять в энер-гичном отталкивании от пола, в прокатывании мячей друг	Учить перестроению в колонну по два, ходьбе приставным шагом по гимн, скам., повороту во время ходьбы по сигналу, делать поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами) Упражнять- в 1 мин., в перешагивании через шнуры и метанию мяча в цель, в равновес	Закрепить навык ходьбы и бега между предмет.; с изменением направ. по сигналу; с высоким подним. колен; со сменой темпа движ.; бег между линиями. Упр-ть: в сохранении равновесия; в прыжках; бросании мяча; приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скам.; в переползании на четвереньках с дополнит, заданием.

			мячей друг другу при прокатывании. Развитие равновесия, точности движения Укрепление мышц спины	другу, развивать точность направления; в подлезании под дугу не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на 2-х ногах. Укрепление мышц спины; развитие ритмичности движений, устойчивости вестибулярного аппарата.	ии и прыжках. Повто-рить пролезание в обруч боком, перебрасывание мяча друг другу, переползание через препятствие. Укрепление мышц живота и боковых мышц туловища	Развивать координацию движений. Разучить: прыжки вверх из глубокого приседания. Развитие мелкой моторики рук, дифференцировки темпа движения; формирование способности к произвольному расслаблению мышц рук.
Ноябрь	Учить ходьбе стайкой. Учить прокатывать мяч друг другу. Укрепление мышц	Учить ходьбе стайкой. Учить прокатывать мяч друг другу. Укрепление мышц	Закреплять навыки ходьбы и бега в колоне по одному; с выполнением заданий	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, бросании мяча о землю и ловле его 2-мя руками.	Учить перекладывать мяч (мал.) из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической	Закрепить навыки ходьбы и бега по кругу; парами, с преодолением препятствий; «змейкой», между

	верхнего плечевого пояса.	верхнего плечевого пояса.	по сигналу в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках из обруча в обруч; прокатывании, бросании и ловле мяча; в равновесии на уменьшенной площади опоры. Развитие равновесия, точности, выразительности, пластичности движения. Укрепление мышц верхнего плечевого пояса.	Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, в прыжках на 2-х ногах, в перебрасывании мяча и др.; ползать на животе по скамейке, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, ползать на четвереньках, следить за правильной осанкой, ходьба и бег между предметами, не задевая их. Развитие гибкости позвоночника, статическ	скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно *с* продвижением вперед. Отработать навыки ходьбы с высоким подниманием колен; бег врассыпную, перебрасывание мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу. Закреплять подлезание под	предметами. Изучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель. Развитие гибкости отдела позвоночника, симметричности движений; укрепление мышц спины.

				ой силы мышц плечевого пояса, спины и живота.	шнур боком и прямо, ходьбу «змейкой ». Развивать ловкость и координацию движений , устойчивое равновесие. Развитие силы мышц брюшного пресса.	
Декабрь	Учить ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки. Развития равновесия, точности движения.	Учить ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки. Развития равновесия, точности движения.	Учить ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки; по кругу; между предметами, не задевая их. Упражнять в сохранении и устойчивого	Учить детей перестраиваться в пары на месте, упражнять в мягком приземлении при спрыгивании, закреплять умение прокатывать мяч, развивать глазомер, учить ловить мяч,	Учить ходьбе по наклон, доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по гимнастической стенке. Совершенствовать: бег в колонне по одному с сохранением	Закреплять навыки ходьбы с выполнен, задания по сигналу; бег с преодолением препятствий; парами; перестроение с одной колонны в 2 и 3; развивать координ. движ. при ходьбе по огранч. площади опоры.

			равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча; подлезать под дугу и шнур, не задевая их. Развития равновесия, точности движения. Укрепления мышц спины и брюшного пресса.	упражнять в ползании на четве-реньках на повышенной опоре, закреплять навык нахождения своего места в колонне, учить правильному хвату при ползании. Закреплять прыжки на 2-х ногах, учить соблюдать дистанцию во время передвижения. Укрепление мышц туловища; развитие координации движений, ориентировки в пространстве, дифферен	дистан., прыжки на 2-х ногах с преодол. препятствий, ползай, на четвереньках между кеглями, подброс. и ловлю мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гим. скам. на животе. Закреплять: равновесие в прыж., бег врассыпную и по кругу с поворот, в друг, сторону. Укрепление мышц спины и плечевого пояса.	Упр-ть в прыжках; при переменном подпрыгив. на пр. и лев. ногах; в переполз, по гим. скам.; в лазании по гим. стенке с переход, на другой пролет; следить за осанкой во время выпол. упр. на равновесие. Развитие гибкости позвоночника; укрепление мышц груди и живота; формирование управления силовыми и временными характеристиками движения ориентации, координац

				цировки мышечных ощущений.		ии движений.
Январь	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания по сигналу; упражнять в прокатывании мяча; подлезать под дугу и шнур, не задевая их. Укрепления мышц спины	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания по сигналу; упражнять в прокатывании мяча; подлезать под дугу и шнур, не задевая их. Укрепления мышц спины	Учить ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки; по кругу; между предметами, не задевая их. Упражнять в сохранении и устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, закреплять умение отбивать мяч о пол; упражнять в ползании по скамейке на четвереньках. Ходьба со сменой ведущего с высоким подниманием колен. Закреплять умение подлезать под шнур. Учить соблюдать дистанцию во время передвиж. Закреплять умение действова	Учить лазать по гим. стенке с переходом на соседний пролет. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо, ползать на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой, в пролезании в обруч и в равновесии, в ведении	Разучить: ходьбу пристав, шагом; прыжки на мягкое покрытие; метание набив, мяча. Закрепить: перестроение из 1 колонны *в 2* по ходу движ., переползание по там., развивать ловкость и координацию в упр. с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу;

			мяча; подлезать под дугу и шнур, не задевая их. Развития равновесия, точности движения. Укрепления мышц спины и брюшного пресса.	ть по сигналу. Разучить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом на середине; упражнять в перешагивании через препятствие. Развитие координации внимания, согласованности движения.	мяча в прямом направлении. Повторить и закрепить ходьбу по наклон, доске, ходьбу с меш. на голове, следить за осанкой и устойчив, равновесием. Развитие гибкости отдела позвоночника, симметричности движений; укрепление мышц спины.	умение в прыжках энергично оталкив. от пола и приземлятся на полусогнутые ноги. Повторить: упраж на равновесие на гим. стенке, прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. Укрепление мышц туловища; развитие координации движений, ориентировки в пространстве, дифференцировки мышечных ощущений.

Февраль	Учить ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки; по кругу. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; учить перебрасывать мяч через шнур; упражнять в ползании и на четвереньках Укрепления мышц спины и брюшного пресса.	Учить ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки; по кругу. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; учить перебрасывать мяч через шнур; упражнять в ползании и на четвереньках Укрепления мышц спины и брюшного пресса.	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания по сигналу. Учить приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; учить перебрасывать мяч через шнур; упражнять в ползании на четверен	Развивать умение быть инициативным, в подготовке и уборке мест занятий. Учить ловить мяч двумя руками в ходьбе и беге по кругу с изменением направления. Ходьба и бег по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закрепить упражнения *в* равновесии, навык подлезания на четвереньках, упражнять в ходьбе с выполнением заданий, прыжках из обруча	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по накл. доске, метание мячей в вертик. цель, лазание по гим. стенке. Закрепить перепрыгивание через бруски, забрасывание мяча в корзину, навык энергичного отталкивания и приземление при прыжках в длину с места, подлезание под дугу и отбива-ние мяча о пол, подлезание под	Упр-ть: в ходьбе и беге в колонне по 1 с останов, по сигналу; в прыжках и брос. мал. мяча; в ходьбе и беге с изменен, направ.; в ползай, по гим. скам.; ходьбе и беге между предмет.; в пролез, между рейками; в перебрас ыв. мяча др. др. . Закреплять: равновесие; осанку при ходьбе на повыш. площади опоры; энергич-но отталкив. от пола в

			ьках; в равновесии по уменьшенной площади опоры. Закреплять навыки ходьбы переменным шагом (через рейки лестницы). Развитие концентрации внимания, двигательной памяти, согласованности движений.	в обруч. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения Развитие координации движений, соразмерности усилий.	палку и перешагивание через нее. Развитие гибкости позвоночника; укрепление мышц груди и живота; формирование управления силовыми и временными характеристикам и движения.	прыжках через препятствия; в пролезании в обруч; в ходьбе со сменой темпа движения. Развивать: ловкость и глазомер при метании в горизонт, цель. Развитие гибкости позвоночника; укрепление мышц спины и живота.
Март	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять	Упражнять в длину с места; правильному хвату за рейки лестницы при лазании. Упражнять в ходьбе	Учить правильно занимать и п. при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице. Упраж-нять в	Закрепить: навык ходьбы и бега в чередов.; перестроение в кол. по 1 и по два (в движ.); лазание по гим. стенке.	Закрепить: навык ходьбы и бега в чередов.; перестроение в кол. по 1 и по два (в движ.); лазание по гим. стенке.

	равновесие Укрепление мышц верхнего плечевого пояса.	равновесие Укрепление мышц верхнего плечевого пояса.	парами, бег врассыпную, развивать ловкость при прокатывании мяча 2-мя руками; упражнять в ползании по доске, в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке. Развитие концентрации внимания, согласованности движени.	бросании через сетку, в ходьбе и беге по кругу, с выпол. зад., в прокатывании мяча вокруг предметов *в* ползании на животе по скамейке, ходьбе и беге по наклонной доске, в перешагивании через предметы, учить сознательно относиться к правилам игры. Развитие межполушарного взаимодействия.	Упра-ть: в сохранении равновесия; в энергич. отгалкив. и призем. на полусогнутые ноги; в прыжках; в беге до 3 мин; в ведении мяча ногой. Развивать: координацию движ. в упраж. с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке и на полу. Развитие статической силы; формиро	Упра-ть: в сохранении равновесия; в энергич. отгалкив. и призем. на полусогнутые ноги; в прыжках; в беге до 3 мин; в ведении мяча ногой. Развивать: координацию движ. в упраж. с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке. Укрепление мышц

					вание способности к произвольному расслаблению мышц телу;	спины, развитие ориентировки в пространстве, устойчивости вестибулярного аппарата.
Апрель	Упражнять в ходьбе парами, бег врассыпную, развивать ловкость при прокатывании мяча 2-мя руками; упражнять в ползании по доске, в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по	Упражнять в ходьбе парами, бег врассыпную, развивать ловкость при прокатывании мяча 2-мя руками; упражнять в ползании по доске, в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнаст	Учить приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; влезать на наклонную лестницу. Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол;	Учить энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места, замаху при метании мешочков на дальность, соблюдению дистанции во время передвижения и построения. Закреплять умение принимать правильное положение при	Учить-ходьбе парами по огранич. площади опоры; ходьбе по кругу во встречном направ. «Улитка». Закреплять: ходьбу с измен направ.; бег с высоким подним. бедра; навык ведения мяча в прямом направ.; лазание по гим. скам.; метание в вертик цель-ходьбу и бег в кол.	Учить-ходьбе парами по огранич. площади опоры; ходьбе по кругу во встречном направ. «Улитка». Закреплять: ходьбу с измен направ.; бег с высоким подним. бедра; навык ведения мяча в прямом направ.; лазание по гим. скам.; метание в вертик цель-ходьбу и бег в кол.

	гимнастической скамейке. Развитие равновесия точности движения	ической скамейке. Развитие равновесия точности движения	ходьбе и беге врассыпную; в колоне по одному; ходьбе по доске; ползании по доске. Формировать правильную осанку. Развитие равновесия точности движения	прыжках в длину с места, в метании в горизонтальную цель, ползания на четвереньках, ходьбе по ограниченной площади опоры, на повышенной опоре. Развивать умение ходьбе и бегу со сменой ведущего. Повторить перебрасывание мяча друг другу. Развитие оптимизации и стабилизации общего тонуса тела.	по 1 с останов, по сигналу; лазание по гим. стенке одноим. способом. Повторить: прыжки с продвиж. вперед; ходьбу и бег с ускор. и замед.; ползание по гим. скам.; равновесие; прыжки через корот. скакалку; сохранение равновесия при ходьбе по канату. Соверше нст.: прыжки в длину с разбега. Укрепление боковых мышц туловища, формирование	по 1 с останов, по сигналу; лазание по гим. стенке одноим. способом. Повторить: прыжки с продвиж. вперед; ходьбу и бег с ускор. и замед.; ползание по гим. скам.; равновесие; прыжки через корот. скакалку; сохранение равновесия при ходьбе по канату. Соверше нст.: прыжки в длину с разбега. Укрепление мышц ног, формирование способности к

					правильной осанки; развитие устойчивости вестибулярного аппарата.	произвольному расслаблению мышц туловища.
Май	Упражнять в сохранении и устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Формировать правильную осанку. Развитие равновесия точности движения	Упражнять в сохранении и устойчивого равновесия при ходьбе по доске. Формировать правильную осанку. Развитие равновесия точности движения	Учить мягко, приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в перепрыгивании через шнур; в ходьбе и беге врассыпную и нахождении своего места в колонне; в ползании по	Учить бегать и ходить со сменой ведущего, лазать по гимнастической стенке. Упражнять в прыжках в длину с места, перебрасывание мяча друг другу, метание правой и левой рукой на дальность, в верт. цель, в ползании по скамейке на животе, в прыжках через скамейку	Разучить прыжки в длину с разбега. Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону, *в* перешагивании через набивные мячи, в прыжках на 2-х ногах, в перебрасывании мяча друг другу, лазании «по медвежьи», бросании мяча о пол одной	Разучить: бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м. Упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в равновесии в прыжках; в забрасывании мяча в корзину двумя руками. Повторить упражнение «Крокодил»; прыжки через

			скамейке на ладонях и коленях; переменным шагом. Закреплять умение влезать на наклонную лесенку. Развитие зрительной дифференцировки и направления движения, ручной ловкости	в игре «Удочка». Развитие координации внимания; формирование пространственных представлений	рукой, ловля двумя. Закреплять: ползание по гимнастической скамейке на животе; бросание мяча о стену. Развитие межполушарного взаимодействия, мелкой моторики рук.	скакалку, ведение мяча. Формирование стереотипа правильной осанки, развитие связной устной речи, воображения, фантазии, расширение представлений о животном мире, развития равновесия, быстроты двигательной реакции.

2.4.2. Примерное календарно - тематическое планирование для младшего дошкольного возраста

График освоения основных видов движений и игровых упражнений младший дошкольный возраст 1-2,2-3 года

Период **Осень**	**Основные виды движений и игровых упражнений**	**Перечень подвижных игр**
Сентябрь, Октябрь, Ноябрь	**Ходьба** Не наталкиваясь друг на друга "Стайкой" за воспитателем С согласованными, свободными движениями рук и ног В прямом направлении По кругу, взявшись за руки **Бег** За воспитателем От воспитателя В различных направлениях Не наталкиваясь друг на друга В различных направлениях **Прыжки** На двух ногах на месте На двух ногах, слегка продвигаясь вперед Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка **Ползание, лазанье** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м) Проползание в вертикально стоящий обруч Проползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола Подлезание под воротца, дугу, веревку, скамейку (высота 30-50см) **Катание, бросание, ловля** Скатывание мяча с горки	Совместные игры. «Догони мяч», «Передай мяч», «Доползи до погремушки», «Догони собачку», «Маленькие и большие», «Поймай бабочку», «Где пищит мышонок?» Самостоятельные игры. Игры с каталками, тележками, автомобилями, самолетами.

	Катание мяча в паре с воспитателем Прокатывание мяча (шаров) двумя руками и одной рукой (поочередно правой и левой **Игровые упражнения** "Идите (бегите) ко мне" " К мишке (лисичке) в гости" "Собери комочки" (колечки, пирамидку)" "Доползи до игрушки" Скати с горки" (Скати и догони) "Подпрыгни до ладони" ("Попрыгай как мячик") "Догони мяч" ("Прокати мяч и догони его") "Проползи под другой"	

Период **Зима**	**Основные виды движений и игровых упражнений**	**Перечень подвижных игр**
Декабрь, Январь, Февраль	**Ходьба** Перешагивая через предметы С опорой на зрительные контуры По кругу, взявшись за руки В прямом направлении (обычная , приставными шагами) Со сменой направления движения **Бег** За воспитателем, от воспитателя Догоняя катящиеся предметы В различных направлениях Между двумя линиями **Прыжки** Перепрыгивание через линию, веревку, лежащую на полу	Совместные игры. «Догони мяч», «Передай мяч», «Доползи до погремушки», «Догони собачку», «Маленькие и большие», «Поймай бабочку», «Где пищит мышонок?» Самостоятельные игры. Игры с каталками, тележками, автомобилями, самолетами.

	На двух ногах с продвижением вперед Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка **Ползание, лазанье** Проползание в заданном направлении Проползание заданного расстояния до предмета Проползание в вертикально стоящий обруч Перелезание через валик Подползание под веревку, воротка , дугу **Катание, бросание, ловля** Бросание мяча двумя руками снизу Катание мяча двумя руками воспитателю и друг другу Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой Скатывание мяча с горки Ловля мяча, брошенного воспитателем Перебрасывание мяча через ленту (веревку), натянутую на уровне груди ребенка **Игровые упражнения** "Пройди по дорожке" "Пройди по мостику" "Перелезь через бревно" "Проползи у воротца" "Брось (прокати, лови) мяч" "Через ручеек" "Скати с горки" ("Скати и догони") "Попрыгай как мячик" "Прокати мяч и догони его"	

Период **Весна**	**Основные виды движений и игровых упражнений**	**Перечень подвижных игр**
Март, Апрель, Май	**Ходьба** Огибая предметы Со сменой характера движения в соответствии указанием педагога С перешагиваем веревки, палки, приподнятой на высотку 5-15 см **Бег** Между двумя линиями, не наступая на них За воспитателем, от воспитателя Со сменой направления движения в соответствии с указанием педагога Медленный до 80 м Непрерывный- 30-40 секунд **Прыжки** С места на двух ногах как можно дальше Подпрыгивание до предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка Перепрыгивание через веревку, лежащую на полу Перепрыгивание через две параллельные линии **Ползание, лазанье** Перелезание через бревно Проползание заданного расстояния до ориентира Влезание на стремянку с помощью взрослого (попытки) Подползание под гимнастическую палку (веревку, дугу, скамейку) Проползание в вертикально стоящий обруч **Катание, бросание, ловля** Бросание мяча взрослому двумя руками	Совместные игры. «Догони мяч», «Передай мяч», «Доползи до погремушки», «Догони собачку», «Маленькие и большие», «Поймай бабочку», «Где пищит мышонок?» Самостоятельные игры. Игры с каталками, тележками, автомобилями, самолетами**.**

	Прокатывание мяча одной или двумя руками в произвольном направлении Прокатывание мячей поочередно правой и левой рукой под (между) предметами **Игровые упражнения** "Перешагни через палку (ручеек) " "Пройди по дорожке" "Перепрыгни через ручеек" "Курочка-хохлатка" "Мишки идут по лесу" "Попади в воротца" "Мой веселый, звонкий мяч"	

2.4.3. Примерное календарно - тематическое планирование для среднего и старшего дошкольного возраста

Период	Возрастные группы			
	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная к школе группа
Сентябрь	1. Занятие 1 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 24 2.Занятие 2 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 25 3. Занятие 3 Л.И Пензулаева Физическая	1. Занятие 1 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 19 2. Занятие 2,3 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 21 3. Занятие 4 Л.И Пензулаева Физическая	1. Занятие 1 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 16 2. Занятие 2 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 18 3. Занятие 3 Л.И Пензулаева Физическая культура в	1.Занятие 1 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 10 2.Занятие 2,3 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 12 3.Занятие 4 Л.И Пензулаева Физическая культура в

	культура в детском саду 3-4 года, ст 27 4. Занятие 4 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 28	культура в детском саду 4-5 лет , ст 22 4. Занятие 5,6 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 24 5. Занятие 7 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 26 6. Занятие 8 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 28 7. Занятие 9 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 29 8. Занятие 10 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 30	детском саду 5-6 лет , ст 19 4. Занятие 4 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 21 5. Занятие 5,6 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 23 6. Занятие 7 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 25 7. Занятие 8,9 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 27 8. Занятие 10 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 28 9. Занятие 11	детском саду 6-7 лет, ст 13 4.Занятие 5,6 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 16 5.Занятие 7 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 18 6. Занятие 8 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 19 7. Занятие 9 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 20 8. Занятие 10 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 21 9. Занятие 11, 12

		9.Занятие 11,12 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 32	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 30 10. Занятие 12 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 31	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 23
Октябрь	5. Занятие 5 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 31 6. занятие 6 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 32 7. Занятие 7 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 33 8. Занятие 8 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 35	10. Занятие 13 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 35 11.Занятие 14,15 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 37 12. Занятие 16 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 38 13. Занятие 17, 18 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 40	11. Занятие 13 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 33 12. Занятие 14,15 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 35 13. Занятие 16 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 36 14. Занятие 17,18 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 39 15. Занятие 19	10. Занятие 13 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 26 11.Занятие 14 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 27 12.Занятие 15 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 28 13.Занятие 16 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 29 14. Занятие 17,18 Л.И Пензулаева Физическая культура в

		14.Занятие 19 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 41 15.Занятие 20,21 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 43 16. Занятие 22 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 44 17. Занятие 23 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 46 18. Занятие 24 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 47	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 41 16. Занятие 20, 21 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 43 17. Занятие 22 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 44 18. Занятие 23 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 46 19. Занятие 24 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 47	детском саду 6-7 лет, ст 31 15. Занятие 19 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 32 16. Занятие 20 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 34 17.Занятие 21 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 35 18. Занятие 22 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 36 19. Занятие 23 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 37 20. Занятие 24 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 38
Ноябрь	9.Занятие 9 Л.И Пензулаева Физическая	19. Занятие 25 Л.И Пензулаева	20. Занятие 25 Л.И Пензулаева Физическая	

	культура в детском саду 3-4 года, ст 38 10.Занятие 10 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 39 11. Занятие 11 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 41 12.Занятие 12 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 43	Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 49 20. Занятие 26 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 50 21. Занятие 27 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 51 22. Занятие 28 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 52 23. Занятие 29,30 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 54 24. Занятие 31 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 55	культура в детском саду 5-6 лет , ст 49 21. Занятие 26 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 51 22. Занятие 27 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 52 23. Занятие 28 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 53 24. Занятие 29, 30 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 55 25. Занятие 31 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 57 26. Занятие 32 Л.И Пензулаева Физическая культура в	21. Занятие 25 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 40 22. Занятие 26 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 42 23. Занятие 27 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 43 24. Занятие 28 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 44 25. Занятие 29, 30 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 46 26. Занятие 31 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 48 27. Занятие 32,33 Л.И Пензулаева Физическая культура в

		25.Занятие 32 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 56 26. Занятие 33 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 57 27. Занятие 34 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 58 28. Занятие 35 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 59 29. Занятие 36 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 60	детском саду 5-6 лет , ст 58 27. Занятие 33 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 59 28. Занятие 34 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 60 29. Занятие 35,36 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 62	детском саду 6-7 лет, ст 50 28. Занятие 34 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 51 29. Занятие 35 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 53 30. Занятие 36 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 54
Декабрь	13. Занятие 13 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 45 14.Занятие 14	30. Занятие 37 Л.И Пензулаева Физическая культура в	30. Занятие 37 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 64	31. Занятие 37 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 56

	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 47 15. Занятие 15 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 49 16.Занятие 16 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 51	детском саду 4-5 лет , ст 62 31. Занятие 38 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 63 32. Занятие 39 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 64 33. Занятие 40 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 65 34. Занятие 41,42 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 67 35. Занятие 43 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 68	31. Занятие 38 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 66 32. Занятие 39 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 67 33. Занятие 40 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 68 34. Занятие 41,42 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 70 35. Занятие 43 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 71 36. Занятие 44 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 73	32. Занятие 38, 39 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 58 33. Занятие 40 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 59 34. Занятие 41, 42 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 61 35. Занятие 43 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 63 36. Занятие 44 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 64 37. Занятие 45 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 65 38. Занятие 46

		36. Занятие 44 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 70 37. Занятие 45 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 71 38. Занятие 46 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 72 39. Занятие 47, 48 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 74	37. Занятие 45 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 74 38. Занятие 46 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 75 39. Занятие 47, 48 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 77	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 66 39. Занятие 47, 48 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 68
Январь	17. Занятие 17 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 53 18. Занятие 18 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 55	40. Занятие 49 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 76 41. Занятие 50, 51 Л.И Пензулаева Физическая	40. Занятие 49 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 80 41. Занятие 50 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 82	40. Занятие 49 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 70 41. Занятие 50, 51 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 72

	19. Занятие 19 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 56 20. Занятие 20 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 59	культура в детском саду 4-5 лет , ст 78 42. Занятие 52 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 79 43. Занятие 53 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 80 44. Занятие 54, 55 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 81 45. Занятие 56 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 83 46. Занятие 57, 58 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 84	42. Занятие 51, 52 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 83 43.Занятие 53 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 85 44. Занятие 54 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 86 45. Занятие 55 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 87 46. Занятие 56,57 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 88 47. Занятие 58,59 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 91	42. Занятие 52 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 73 43 Занятие 53 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 75 44. Занятие 54 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 76 45. Занятие 55 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 77 46.Занятие 56 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 79 47. Занятие 57 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 80 48. Занятие 58 Л.И Пензулаева Физическая

		47. Занятие 59, 60 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 86	48. Занятие 60 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 92	культура в детском саду 6-7 лет, ст 81 49. Занятие 59 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 82 50. Занятие 60 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 83
Февраль	21. Занятие 21 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 62 22.Занятие 22 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 63 23.Занятие 23 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 64 24.Занятие 24 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 67	48. Занятие 61 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 88 49. Занятие 62 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 89 50. Занятие 63 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 90 51. Занятие 64	49. Занятие 61 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 94 50. Занятие 62 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 95 51. Занятие 63 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 96 53. Занятие 64 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 97	51. Занятие 61 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 84 52. Занятие 62,63 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 86 53. Занятие 64 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 87 54. Занятие 65 Л.И Пензулаева Физическая культура в

		Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 91 52. Занятие 65 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 92 53. Занятие 66, 67 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 93 54. Занятие 68, 69 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 95 55. Занятие 70 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 96 56. Занятие 71	54. Занятие 65, 66 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 99 55. Занятие 67 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 100 56. Занятие 68, 69 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 102 57. Занятие 70 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 103 58. Занятие 71 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 105 59. Занятие 72 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 106	детском саду 6-7 лет, ст 89 55. Занятие 66 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 90 56. Занятие 67 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 91 57. Занятие 68 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 92 58. Занятие 69 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 93 59. Занятие 70 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 94 60. Занятие 71, 72 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 96

		Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 97 57. Занятие 71 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 98		
Март	25. Занятие 25 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 69 26. Занятие 26 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 71 27. Занятие 27 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 73 28. Занятие 28 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 74	58. Занятие 73 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 99 59. Занятие 74,75 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 101 60. Занятие 76 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 102 61. Занятие 77,78 Л.И Пензулаева Физическая	60. Занятие 73 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 108 61. Занятие 74 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 110 62. Занятие 75 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 111 63. Занятие 76 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 112 64. Занятие 77,78	61. Занятие 73 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 98 62. Занятие 74 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 100 63. Занятие 75 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 101 64. Занятие 76 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 102 65. Занятие 77 Л.И Пензулаева Физическая

		культура в детском саду 4-5 лет , ст 104 62. Занятие 79 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 105 63. Занятие 80,81 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 107 64. Занятие 82 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 108 65. Занятие 83,84 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 110	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 114 65. Занятие 79 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 116 66. Занятие 80,81 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 117 67. Занятие 82 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 119 68. Занятие 83,84 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 121	культура в детском саду 6-7 лет, ст 104 66. Занятие 78 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 105 67. Занятие 79 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 106 68. Занятие 80,81 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 108 69. Занятие 82 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 109 70. Занятие 83,84 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 111
Апрель	29. Занятие 29 Л.И Пензулаева Физическая	66. Занятие 85 Л.И Пензулаева Физическая	69. Занятие 85 Л.И Пензулаева Физическая культура в	71. Занятие 85 Л.И Пензулаева Физическая культура в

	культура в детском саду 3-4 года, ст 77 30. Занятие 30 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 78 31. Занятие 31 8 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 80 32. Занятие 32 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 82	культура в детском саду 4-5 лет , ст 112 67. Занятие 86,87 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 114 68. Занятие 88 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 115 69. Занятие 89,90 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 117 70. Занятие 91 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 118 71. Занятие 92,93 Л.И Пензулаева Физическая культура в	детском саду 5-6 лет , ст 123 70. Занятие 86,87 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 125 71. Занятие 88 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 126 72. Занятие 89,90 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 128 73. Занятие 91 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 130 74. Занятие 92 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 131 75. Занятие 93 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 132	детском саду 6-7 лет, ст 113 72. Занятие 86,87 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 115 73. Занятие 88 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 117 74. Занятие 89,90 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 119 75. Занятие 91 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 121 76. Занятие 92 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 122 76. Занятие 93 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 123 77. Занятие 94

		детском саду 4-5 лет , ст 120 72. Занятие 94 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 121 73. Занятие 95,96 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 123	76. Занятие 94 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 133 77. Занятие 95 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 135 78. Занятие 96 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 136	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 124 78. Занятие 95,96 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 126
Май	33. Занятие 33 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 84 34. Занятие 34 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 86 35. Занятие 35 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 87 36. Занятие 36 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 3-4 года, ст 89	74. Занятие 97 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 124 75. Занятие 98,99 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 126 76. Занятие 100 Л.И Пензулаева Физическая культура в	79. Занятие 97 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 138 80. Занятие 98,99 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 140 81. Занятие 100 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 141	79. Занятие 97 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 128 80. Занятие 98,99 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 130 81.Занятие 100 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 131 82.Занятие 101,102

		детском саду 4-5 лет , ст 127 77. Занятие 101,102 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 129 78. Занятие 103 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 130 79. Занятие 104,105 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 132 80. Занятие 106 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 4-5 лет , ст 133 81. Занятие Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду	82. Занятие 101,102 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 143 83. Занятие 103 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 145 84. Занятие 104 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 146 85. Занятие 105 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 147 86. Занятие 106 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 148 87. Занятие 107, 108 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 5-6 лет , ст 150	Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 133 83. Занятие 103 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 135 84. Занятие 104 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 136 85.Занятие 105 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 137 86.Занятие 106 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 139 87. Занятие 107 Л.И Пензулаева Физическая культура в детском саду 6-7 лет, ст 140 88.Занятие 108 Л.И Пензулаева Физическая культура в

		4-5 лет , ст 107, 108		детском саду 6-7 лет, ст 141

2.5. Перспективный план работы с родителями

Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями

Дошкольный возраст – это фундамент здоровой личности, а, следовательно, и здорового общества в настоящем и будущем. Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений современной государственной политики, нацеленной на укрепление и здоровье детей. Формирование у ребёнка потребности в движении в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития. Задачи взаимодействия с семьёй: - помочь в формировании семейной ценности: желание вести здоровый образ жизни детей и родителей; - повышать роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей; - способствовать развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре; - формировать общественное мнение о значимости физической культуры в ДОУ и семье. Таким образом, программа нацеливает на необходимость использования таких форм работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса. Это позволяет повысить уровень физической культуры детей, используя потенциал каждого ребёнка. Особенность используемых нами форм работы заключается в том, что они носят не только консультативную, но и практическую направленность и являются системными мероприятиями с участием родителей, воспитателей и детей.

Работа с родителями (законными представителями)

Цель: знакомить родителей (законных представителей) с формами физкультурно-оздоровительной работы с нетрадиционными физкультурно-оздоровительными технологиями, привлекать родителей к совместным творческим проектам, направленным на пропаганду здорового образа жизни, формировать ответственность за сохранность здоровья детей.

Задачи:

1.Установить партнерские отношения с семьей каждого воспитанника.
2. Объединить усилия семьи и ДОУ для развития и воспитания детей.

3. Создать атмосферу взаимопонимания родителей (законных представителей) воспитанников и педагогов ДОУ, общности их интересов, эмоциональной взаимоподдержки.

Основные формы взаимодействия с семьей.

Информирование родителей о ходе образовательного процесса: индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, приглашение родителей на детские концерты и праздники, создание памяток. Привлечение родителей к помощи при подготовке к спортивным праздникам, досугам, соревнованиям, помощь в изготовлении пособий и костюмов, атрибутов.

План взаимодействия с родителями воспитанников на 2023-2024 учебный год

Месяц	Формы работы. Темы	Цели	Группы
Сентябрь	Стендовая информация Консультация Тема: «Требования к форме одежды детей на занятиях по физические культуры».	Цель: повышение педагогической компетенции родителей по рациональной двигательной активности детей в дошкольном учреждении.	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3 Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа 4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа

Октябрь	Стендовая информация Памятка Тема: «Самомассаж лица для детей в стихах «Нос, умойся!». Видео- консультация Тема: ««На зарядку всей семьёй».	Цель: систематизация знаний у родителей о методике проведения самомассажа у детей дошкольного возраста в ДОУ. Цель: формирование здорового образа жизни в семье.	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3 Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа 4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа
Ноябрь	Стендовая информация Консультация Тема: «Весёлая дыхательная гимнастика дома».	Цель: улучшить функцию внешнего дыхания, освоить первичные приемы дыхательной гимнастики.	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3 Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа 4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа
Декабрь	Стендовая информация Буклет Тема: «Зимние игры или чем заняться с ребёнком на прогулке».	Цель: воспитывать положительное отношение к природе, содействовать закаливанию организма,	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3

			Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа 4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа
Январь	Мастер-класс Тема: «Поиграем с мячом». О.Б. Казина Совместные физкультурные занятия с участием родителей. Ст.57	Цель: донести до родителей важность игр детей с мячом.	4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа

Февраль	Стендовая информация Памятка «Чистые руки - залог здоровья».	Цель: показать, как простое мытье рук с мылом помогает эффективно бороться с заболеваниями среди населения различного возраста, особенного среди детей.	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3 Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа 4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа
Март	Стендовая информация Буклет Тема: «Чем занять ребенка во время болезни?».	Цель: расширить представления о способах и методах преодоления скуки.	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3 Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа 4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа
Апрель	Видео -консультация Тема: «Пальчиковые игры».	Цель: научить родителей проводить с детьми пальчиковую гимнастику в домашних условиях, пропагандировать педагогические знания среди родителей.	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3 Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа

Май	Стендовая информация Консультация Тема: «Дорожки здоровья в детском саду. Профилактика плоскостопия».	Цель: ознакомление родителей с массажными дорожками и их пользой для здоровья детей.	1-2 Первая группа раннего возраста 2-3 Вторая группа раннего возраста 3-4 Младшая группа 4-5 Средняя группа 5-6 Старшая группа 6-7 Подготовительная группа

2.5.1.Перспективный план работы с воспитателями

Взаимодействие инструктора по физической культуре с воспитателями

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда. Перед физкультурной воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (чешками), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Во время выполнения общеразвивающих упражнений помогает исправлять ошибки, при выполнении сложно-координационных упражнений помогает страховать детей. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

План взаимодействия инструктора по физической культуре и воспитателей на 2023-2024 учебный год

1.	Консультирование и оказание практической помощи воспитателям и специалистам ДОУ	В течение года
2.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду.	В течение года
3.	Памятка Тема: «Роль воспитателя на занятиях по физической культуре в детском саду».	Сентябрь
4.	Мастер-класс для воспитателей по физическому развитию с нестандартным спортивным оборудованием на улице.	Ноябрь
5.	Провести конкурс: Конкурс по изготовлению массажных ковриков «Дорожки здоровья»	Декабрь
6.	Деловая игра с воспитателями: «Знаток подвижных игр».	Январь
7.	Беседа «Игры на свежем воздухе»	Март
8.	Тренинг для педагогов на снятие эмоционального напряжения «Сбрось усталость».	Май

3. Организационный раздел

3.1. Структура воспитательно – образовательного процесса МКДОУ детский сад – ясли «Светлячок» 2023 -20234 учебный год

Адаптационный период	28.08.2023-01.09.2023	1 неделя
Учебный период	04.09.2023-29.12.2023	17 недель
Каникулы	01.01.2024-19.01.2024	3 недели
Учебный период	22.05.2024-31.05.2024	19 недель
Летний оздоровительный период	03.06.2024-30.08.2024	13 недель
Мониторинг начало года	02.10.2023-06.10.2023	1 неделя
Итоговый мониторинг	15.04.2024-19.04.2024	1 неделя

3.2. Расписание занятий по возрастам

№	Название группы	Продолжительность занятий	Количество занятий в неделю
1	1-2 Первая группа раннего развития	5-7 минут	2
2	2-3 Вторая группа раннего возраста	10 мин	3
3	3-4 Младшая группа	15 минут	3
4	4-5 Средняя группа	20 минут	3
5	5-6 Старшая группа	25 минут	3
6	6-7 Подготовительная группа	30 минут	3

3.3. Режим двигательной активности

Сохранение и укрепление здоровья детей в ДОУ является одной из основных и приоритетных задач. Зная, что основным средством развития здоровья человека является движение, в детском саду много внимания уделяется развитию *двигательной активности*:

- Составлена модель оптимального двигательного режима в течение дня;

- Проводится ежедневная гимнастика после сна;

- Организуются двигательные оздоровительные моменты во время НОД (физминутки), упражнения на развитие мелкой моторики пальцев рук, упражнения на снятие напряженности и усталости;

- Организован активный отдых детей (Дни здоровья, спортивные развлечения, каникулы).

Физическое здоровье детей укрепляется такими средствами как:

- Полноценное питание детей;

- Закаливающие процедуры;

- Развитие движений;

-Гигиена режима.

В детском саду проводится следующий комплекс *закаливающих мероприятий:*

- облегченная одежда детей;

- соблюдение сезонной одежды детей на прогулке с учетом их

индивидуального состояния здоровья и состояния погоды;

- соблюдение температурного режима в течение дня;
- корригирующая гимнастика после сна, стопотерапия;
- умывание прохладной водой;
- полоскание рта после каждого приема пищи;
- утренняя гимнастика на свежем воздухе;
- оздоровительный бег (старшие, подготовительные группы);
- одно занятие по физической культуре на свежем воздухе (в зимний период);
- организация прогулки;
- утренний прием детей на улице в теплое время года;
- солнечные ванны.

Режим двигательной активности детей

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)					
		1-2 года	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	1 раз в неделю 5	2 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 15-20	3 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30	2 раза в неделю 30-35
	На прогулке	1 раз в неделю 5	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 15-20	1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30	1 раз в неделю 30-35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 3-5	Ежедневно 5-6	Ежедневно 5-10	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно (утром и вечером) 5	Ежедневно (утром и вечером) 10-15	Ежедневно (утром и вечером) 15-20	Ежедневно (утром и вечером) 20-25	Ежедневно (утром и вечером) 25-30	Ежедневно (утром и вечером) 30-40
	Закаливающие процедуры и гимнастика после сна	Ежедневно 5-10	Ежедневно 15-20	Ежедневно 15-20	Ежедневно 15-20	Ежедневно 15-20	Ежедневно 15-20
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно, в зависимости от вида и	3-5 ежедневно, в зависимости от вида и	3-5 ежедневно, в зависимости от вида и	3-5 ежедневно, в зависимости от вида и	3-5 ежедневно, в зависимости от вида и	3-5 ежедневно, в зависимости от вида и

		содержания занятий	содержания занятий	содержания занятий	содержания занятий	содержания занятий	содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 5	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	Физкультурный праздник	-	-	-	2 раза в год до 45 мин	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
	«День здоровья»	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры в помещении	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

3.4. Перспективный план культурно-досуговой деятельности

Планирование итоговых мероприятий в ДОУ

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Праздники, запланированные в ДОУ

3.5. Обеспечение программы. Перечень программ, технологий, методический пособий

Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» Н. Е. Веракса, Т. С. Комарова, Э.М.Дорофеева Москва, Мозаика-Синтез, 2021г.

Образовательная область	Программы, пособия, технологии	Формы организации образовательного процесса
Физическое развитие	С.Ю.Федорова Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года Просвещение МОЗАИКА-СИНТЕЗ, МОСКВА, 2020 Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду От рождения до школы 6-7 лет Просвещение МОЗАИКА-СИНТЕЗ, МОСКВА, 2020 Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду От рождения до школы 5-6 лет Просвещение МОЗАИКА-СИНТЕЗ, МОСКВА, 2020 Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду От рождения до школы 4-5 лет Просвещение МОЗАИКА-СИНТЕЗ, МОСКВА, 2020 Программа Р.Б Стеркиной, О.Л Князева, Н.Н Авдеева «Основы безопасности детей дошкольного возраста»	Взаимодействие с детьми в режимных моментах Индивидуальная работа, Самостоятельная деятельность детей.

3.6 Оснащенность предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная и образовательная среда в группе является основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка. Развивающая предметно-пространственная среда является основным средством формирования личности ребенка и является источником его знаний и социального опыта. Развивающая предметно-пространственная среда в группе отвечает требованиям ФГОС ДО, организована в соответствии с принципами содержательно-насыщенности, трансформируемости, поли функциональности, вариативности, допустимости и безопасности.

Организация развивающей предметно-пространственной среды направленна на создание комфортных, благоприятных условий для развития ребенка в самостоятельной и совместной деятельности, обеспечивающей разные виды его активности.

При создании развивающей предметно-пространственной среды группы учитываются особенности детей, посещающих группу: возраст, уровень развития, интересы, способности, используется гендерный подход. Организация развивающей предметно-пространственной среды отвечает принципу поли функциональности: игровые модули, предметы-заместители имеют возможность разнообразного использования в различных видах детской активности. Оборудование помещений группы отвечает безопасным, здоровье сберегающим и развивающим характеристикам. Мебель соответствует росту и возрасту детей, обеспечивая доступность игрового оборудования, игрушки обеспечивают максимальный для данного возраста развивающий эффект. Пространство группы организованно в виде «уголков», оснащенных развивающими материалами. Все предметы доступны детям, что позволяет дошкольникам выбирать интересные для себя занятия. чередовать их в течение дня, а педагогу дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей.

Перечень физкультурного оборудования

Наименование продукции	Количество
Скамья гимнастическая	4 шт
Мат гимнастический	2 шт
Стенка гимнастическая	3 шт
Корзина для мячей	2 шт
Доска наклонная	2 шт
Дорожка ортопедическая	1 шт
Стойка для прыжков в высоту со шнуром	2 шт
Степ платформа	30 шт
Дуга для подлезания	6 шт
Турник для поднятия ног с креплением на гимнастическую стенку	2 шт
Мат гимнастический	2 шт
Скамья гимнастическая	1 шт
Доска ребристая с зацепами навесная (наклонная)	2 шт
Гимнастические палки	30 шт
Коврики массажные	30 шт
Скакалка	30 шт
Флажки	60 шт
Мешочки с песком	60 шт
Стойка баскетбольная	2 шт
Стойка волейбольная	1 шт
Мяч средний	30 шт
Мяч малый	30 шт
Мягкий спортивный модуль	2 Комплекта из 18 шт
Дорожка классика (коврик +биток)	1 шт
Мяч баскетбольный	16 шт.
Хоккейная клюшка	2 шт
Хоккейная шайба	2 шт

Лист корректировки