

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №202»

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
от «22» августа 2024 г.  
протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад № 202»  
\_\_\_\_\_ А.В. Зябрина  
от «23» августа 2024 г. № 78-осн



**Рабочая программа  
дошкольного образования  
по образовательной области «Физическое развитие»  
срок реализации 2024/2025 учебный год**

Составитель:  
Инструктор по физическому развитию  
Шумилова С.В.

г. Барнаул

## Оглавление

№	Разделы	стр.
<b>I.</b>	<b>Целевой раздел</b>	<b>3</b>
	<b>Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
<b>1.1.</b>	Цели и задачи программы	<b>4</b>
<b>1.2.</b>	Значимые характеристики для разработки и реализации программы, в том числе, характеристики особенностей развития детей старшего дошкольного возраста	<b>4</b>
<b>1.3.</b>	Планируемые результаты освоения Программы	<b>7</b>
<b>1.4.</b>	Подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов	<b>7</b>
<b>II.</b>	<b>Содержательный раздел</b>	<b>7</b>
<b>2.1</b>	Календарно-тематическое планирование по образовательной области «Физическое развитие»	<b>7</b>
<b>2.1.1.</b>	Календарное планирование во второй группе раннего возраста (2-3 года)	<b>7</b>
<b>2.1.2.</b>	Календарное планирование в младшей группе (3-4 года)	<b>10</b>
<b>2.1.3.</b>	Календарное планирование в средней группе (4-5 лет)	<b>13</b>
<b>2.1.4.</b>	Календарное планирование в старшей группе (5-6 лет)	<b>20</b>
<b>2.1.5.</b>	Календарное планирование в подготовительной к школе группе (6-7 лет)	<b>26</b>
<b>2.2.</b>	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания Программы	<b>31</b>
<b>2.3.</b>	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	<b>31</b>
<b>2.4.</b>	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	<b>31</b>
<b>2.5.</b>	Программа воспитания	<b>32</b>
<b>III.</b>	<b>Организационный раздел</b>	<b>36</b>
<b>3.1.</b>	Методическое обеспечение реализации Программы (обязательная часть).	<b>36</b>
<b>3.2.</b>	Режим и распорядок дня.	<b>37</b>
<b>3.3.</b>	Планирование образовательной деятельности.	<b>38</b>
<b>VI.</b>	<b>Дополнительный раздел программы</b>	<b>39</b>
	<b>Лист корректировки</b>	<b>41</b>

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа дошкольного образования по образовательной области «Физическая культура» (далее Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №202» направлена на совершенствование функций формирующегося организма ребенка, полноценное развитие основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной моторики и развитие зрительно-двигательной координации и разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими дошкольное образование:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 года N 373 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 202 «Журавушка» общеразвивающего вида.

Основу рабочей программы составляет подбор материалов для развернутого перспективного планирования, разработана на основе:

- ФОП ДО.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 80с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 128с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112с.

Рабочая программа составлено по образовательной области: «Физическое развитие» (ФГОС ДО) и «Физическое развитие и физическое воспитание»

В этом варианте программы определены виды интеграции образовательных областей и целевые ориентиры развития ребенка.

«Физическое воспитание» - это обязательный предмет общеобразовательных дошкольных учреждений. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутки, зарядки, физкультурные досуги, динамические паузы и т.п.) и второй половины дня (гимнастика пробуждения, подвижные игры во второй половине дня, физкультурными и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники).

При организации жизни детей в семье и дошкольном учреждении, организации предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников следует учитывать необходимость физического развития. В режиме дня ребенка должны быть предусмотрены занятия по физическому воспитанию, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Занятия по физическому воспитанию строятся так, чтобы с их помощью решались общие задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, метание), а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Стратегия организации физического воспитания должна разрабатываться с учетом физиологических механизмов становления движения в процессе развития растущего детского организма.

### 1.1. Цели и задачи Программы.

- Цели и задачи основной части ОП ДО МБДОУ "Детский сад № 202" соответствуют целям и задачам ФОП ДО. Подробно с ними можно ознакомиться: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044>, п.14.1, 14.2.

### 1.2. Значимые характеристики для разработки и реализации программы, в том числе, характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Дошкольное учреждение работает в режиме 5-ти дневной недели с выходными днями: суббота, воскресенье и праздничные дни. В детском саду функционирует 8 групп полного дня (12 часов пребывания: с 07.00 до 19.00) общеразвивающей направленности. Основными участниками реализации программы являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

#### Группы дошкольного отделения

№ п/п	Направленность группы	Возрастная категория	Количество групп	Количество детей
1.	Общеразвивающая	от 2 до 3	2	42
2.	Общеразвивающая	от 3 до 4	1	25
3.	Общеразвивающая	от 4 до 5	2	52
4.	Общеразвивающая	от 5 до 6	1	26
5.	Общеразвивающая	от 6 до 7	2	44

#### Характеристика состояния здоровья детей

С целью проектирования образовательного процесса, обеспечивающего подбор наиболее эффективных к имеющимся условиям средств, форм, методов, приемов реализации ОО «Физическое развитие» Программы д/с и эффективную качественную коррекцию физического, психического и речевого развития детей, в детском саду осуществляется ежегодное изучение состояния здоровья воспитанников.

Показатели	2-3				3-4				4-5				5-6				6-7			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Распределение по группам здоровья(чел.)					3	22	0	0	4	48	0	0	2	24	1	0	3	41	0	0
Количество детей инвалидов (чел.)	0				0				0				0				0			

Реализация Программы осуществляется в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка, в организованной образовательной деятельности. Характер взаимодействия взрослых и детей: личностно-развивающий и гуманистический.

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, воспитывающихся в образовательном учреждении, подробно сформулированы ФОП ДО.

### **Характеристики развития детей раннего и дошкольного возраста**

#### **Младший дошкольный возраст (от 3 до 4 лет)**

- Учить разнообразным видам движений. Учить ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
- Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и в высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15 – 20 см.
- Учить детей энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
- Обучать хватку за перекладину во время лазания. Закреплять умение ползать.
- Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении движений в равновесии.
- Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
- Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

#### **Подвижные игры.**

- Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.
- Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, мячами, шарами. Развивать навыки лазания ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
- Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

#### **Средний дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)**

- Формировать правильную осанку.
- Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
- Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.
- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Учить построениям. Соблюдая дистанции во время передвижения.

- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

#### **Подвижные игры.**

- Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.
- Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
- Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
- Приучать к выполнению действий по сигналу.

#### **Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет)**

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

#### **Подвижные игры.**

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

#### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе.
- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость, гибкость.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
- Учить самостоятельно, следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
- Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.

#### **Подвижные игры.**

- Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (и игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координацию движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.
- Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.
- Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

### **1.3. Планируемые результаты освоения Программы**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые являют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Планируемые результаты основной части соответствуют планируемым результатам ФОП ДО. Подробно ознакомиться с планируемыми результатами реализации ФОП ДО можно: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044>, п.15

### **1.4. Подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов освоения Программы в МБДОУ "Детский сад № 202" соответствует ФОП ДО. Подробно ознакомиться с педагогической диагностикой достижения планируемых результатов ФОП ДО можно: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044>, п.16.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1 КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

#### **2.1.1. Календарное планирование во второй группе раннего возраста (2-3 года)**

№	Задачи образовательной деятельности	Литература	Часы	Месяц
1	Задачи: развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; Учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Л.И. Пензулаева стр. 23	2	Сентябрь
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	

3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; Упражнять в прыжках на двух ногах на месте.	Л.И. Пензулаева стр. 24	2		
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели.	Л.И. Пензулаева стр. 28	1		
5	Задачи: Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; Учить отталкивать мяч при прокатывании.	Л.И. Пензулаева стр. 25	2		
6	Закрепление пройденного материала 3-ой недели.	Л.И. Пензулаева стр. 28			
7	Задачи: развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	Л.И. Пензулаева стр. 26	2		
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 28	1		
1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 28	2		Октябрь
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 32	1		
3	Задачи: упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; Упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Л.И. Пензулаева стр. 29	2		
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 33	1		
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; Упражнять в ползании; Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 30	2		
6	Закрепление пройденного материала 3-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 33	1		
7	Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге в кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 31	2		
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 33	1		
1	Задачи: Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 33	2	Ноябрь	
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1		
3	Задачи: Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; Упражнять в прокатывании мяча др. другу, развивать координацию движений и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 34	2		
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1		
5	Задачи: Развивать умение действовать по сигналу; Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча м/у предметами; упражнять в ползании.	Л.И. Пензулаева стр. 35	2		
6	Закрепление пройденного материала 3-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1		
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 37	2		
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1		
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 38	2	Декабрь	
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1		
3	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 40	2		
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1		
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по	Л.И. Пензулаева стр. 41	2		

	сигналу воспитателя; в прокатывание мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.			
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; и сохранении равновесия при ходьбе по доске	Л.И. Пензулаева стр. 42	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
1	Задачи: повторить ходьбу с выполнением задания; в сохранении равновесия; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Л.И. Пензулаева стр. 43	2	Январь
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	
3	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне и врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 45	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	
5	Задачи: Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	Л.И. Пензулаева стр. 46	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранением устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 47	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 50	1	
1	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед	Л.И. Пензулаева стр. 50	2	Февраль
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 51	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
5	Задачи: Упражнять в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Л.И. Пензулаева стр. 52	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
7	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу;	Л.И. Пензулаева стр. 53	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 54	2	Март
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 56	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
5	Задачи: Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 57	2	

6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	Апрель
7	Задачи: Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 58	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
1	Задачи: Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 60	2	
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 64	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом	Л.И. Пензулаева стр. 61	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
5	Задачи: Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Л.И. Пензулаева стр. 62	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
7	Задачи: Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 63	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	Май
1	Задачи: Повторить ходьбу и бег в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве;	Л.И. Пензулаева стр. 65	2	
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Л.И. Пензулаева стр. 66	2	
3	Задачи: Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Л.И. Пензулаева стр. 67	2	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной доске; повторить задание в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 68	2	
5	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
6	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
7	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
8	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
	<b>ИТОГО</b>		<b>108 часов</b>	

### 2.1.2. Календарное планирование в младшей группе (3-4 года)

№	Задачи образовательной деятельности	Литература	Часы	Месяц
1	Задачи: развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; Учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	Л.И. Пензулаева стр. 23	2	Сентябрь
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; Упражнять в прыжках на двух ногах на месте.	Л.И. Пензулаева стр. 24	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели.	Л.И. Пензулаева стр. 28	1	
5	Задачи: Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; Учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Л.И. Пензулаева стр. 25	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ой недели.	Л.И. Пензулаева стр. 28		

7	Задачи: Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; Группироваться при лазании под шнур.	Л.И. Пензулаева стр. 26	2	Октябрь
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 28	1	
1	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: Развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 28	2	
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 32	1	
3	Задачи: упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; Упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	Л.И. Пензулаева стр. 29	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 33	1	
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; Упражнять в ползании; Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 30	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 33	1	
7	Задачи: упражнять детей в ходьбе и беге в кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; Развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 31	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 33	1	
1	Задачи: Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 33	2	Ноябрь
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1	
3	Задачи: Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; Упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивать координацию движений и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 34	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1	
5	Задачи: Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; Развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами;	Л.И. Пензулаева стр. 35	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 37	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 38	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 38	2	Декабрь
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
3	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 40	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	Л.И. Пензулаева стр. 41	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре; и сохранении равновесия при ходьбе по доске	Л.И. Пензулаева стр. 42	2	

8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	Январь
1	Задачи: повторить ходьбу с выполнением задания; в сохранении равновесия; прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед.	Л.И. Пензулаева стр. 43	2	
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	
3	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне и врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 45	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	
5	Задачи: Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	Л.И. Пензулаева стр. 46	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранением устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 47	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 50	1	Февраль
1	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом;	Л.И. Пензулаева стр. 50	2	
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 51	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
5	Задачи: Упражнять в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	Л.И. Пензулаева стр. 52	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
7	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 53	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	Март
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры;	Л.И. Пензулаева стр. 54	2	
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 56	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
5	Задачи: Развивать умение действовать по сигналу воспитателя. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 57	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
7	Задачи: Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 58	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	Р е
1	Задачи: Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки	Л.И. Пензулаева стр. 60	2	

	через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.			
2	Закрепление пройденного материала 1-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 64	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом	Л.И. Пензулаева стр. 61	2	
4	Закрепление пройденного материала 2-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
5	Задачи: Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	Л.И. Пензулаева стр. 62	2	
6	Закрепление пройденного материала 3-ей недели	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
7	Задачи: Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 63	2	
8	Закрепление пройденного материала 4-ой недели	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
1	Задачи: Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 65	2	Май
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	Л.И. Пензулаева стр. 66	2	
3	Задачи: Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя; упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке.	Л.И. Пензулаева стр. 67	2	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной доске; повторить задание в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 68	2	
5	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
6	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
7	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
8	Задачи: Закрепление пройденного материала.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
	<b>ИТОГО</b>		<b>108 часов</b>	

### 2.1.3. Календарное планирование в средней группе (4-5 лет)

№	Задачи образовательной деятельности	Источник	Часы	Месяц
1	Задача: Упражнять детей в ходьбе и беге по одному; учить сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	Л.И. Пензулаева стр. 20	1	Сентябрь
2	Задача: Упражнять детей в ходьбе и беге по одному; учить сохранять равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании.	Л.И. Пензулаева стр. 21	1	
3	Задача: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному и враспынную; в умении действовать по сигналу; развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча двумя руками.	Л.И. Пензулаева стр. 22	1	
4	Задача: Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 22	1	
5	Задача: Учить детей энергично отталкиваться от пола и	Л.И. Пензулаева стр. 24	1	

	приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета;			
6	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по одному, на носках; учить катать обруч друг другу; упражнять в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 24	1	
7	Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Л.И. Пензулаева стр. 25	1	
8	Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	
9	Задачи. Упражнять детей в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки. повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	
10	Задачи. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 28	1	
11	Задачи. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 29	1	
12	Задачи. Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 30	1	
1	Задачи. Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед	Л.И. Пензулаева стр. 31	1	Октябрь
2	Задачи. Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед	Л.И. Пензулаева стр. 33	1	
3	Задачи. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 33	1	
4	Задачи. Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение катать обруч друг другу;	Л.И. Пензулаева стр. 34	1	
5	Задачи. Учить детей находить своё место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение катать обруч друг другу; развивая точность направления движения.	Л.И. Пензулаева стр. 35	1	
6	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу.	Л.И. Пензулаева стр. 35	1	
7	Задачи. Повторить ходьбу в колонну по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу.	Л.И. Пензулаева стр. 36	1	
8	Задачи. Повторить ходьбу в колонну по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в	Л.И. Пензулаева стр. 36	1	

	лазание под дугу.			
9	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед.	Л.И. Пензулаева стр. 37	1	
10	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 37	1	
11	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 38	1	
12	Задачи. Повторить в ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 39	1	
1	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе повышенной опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 40	1	
2	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе повышенной опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 41	1	
3	«Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами; сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 41	1	
4	Задачи. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 42	1	
5	Задачи. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
6	Задачи. Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнением; упражнением в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении	Л.И. Пензулаева стр. 44	1	
7	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	Л.И. Пензулаева стр. 44	1	
8	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	Л.И. Пензулаева стр. 45	1	
9	Задачи. Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением	Л.И. Пензулаева стр. 46	1	
10	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторять задание на сохранение устойчивого равновесия.	Л.И. Пензулаева стр. 46	1	
11	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторять задание на сохранение устойчивого равновесия.	Л.И. Пензулаева стр. 47	1	
12	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 48	1	

Ноябрь

1	Задачи. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	Декабрь
2	Задачи. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие	Л.И. Пензулаева стр. 50	1	
3	Задачи. Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя	Л.И. Пензулаева стр. 50	1	
4	Задачи. Упражнять в ходьбе в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами	Л.И. Пензулаева стр. 51	1	
5	Задачи. Упражнять в ходьбе в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами	Л.И. Пензулаева стр. 52	1	
6	Задачи. Учить детей брать лыжи переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом	Л.И. Пензулаева стр. 52	1	
7	Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Л.И. Пензулаева стр. 53	1	
8	Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	Л.И. Пензулаева стр. 55	1	
9	Задачи. Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска.	Л.И. Пензулаева стр. 55	1	
10	Задачи. Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 55	1	
11	Задачи. Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 57	1	Январь
12	Задачи. Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом	Л.И. Пензулаева стр. 57	1	
1	Задачи. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 58	1	
2	Задачи. Упражнять в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
3	Задачи. Продолжать учить детей передвигаясь на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения	Л.И. Пензулаева стр. 60	1	
4	Задачи. Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Л.И. Пензулаева стр. 60	1	
5	Задачи. Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	Л.И. Пензулаева стр. 61	1	
6	Задачи. Закреплять навык скользящего шага, упражнять в	Л.И. Пензулаева стр. 61	1	

	беге и прыжках вокруг снежной бабы			
7	Задачи. Повторить ходьбу и бег между предметами; ползание по скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 62	1	Февраль
8	Задачи. Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 63	1	
9	Задачи. Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность.	Л.И. Пензулаева стр. 63	1	
10	Задачи. Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке. Закреплять умение правильно подлезть под шнур.	Л.И. Пензулаева стр. 64	1	
11	Задачи. Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке.	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
12	Повторение занятия.	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
1	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 66	1	
2	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 67	1	
3	Задачи. Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	Л.И. Пензулаева стр. 68	1	
4	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 68	1	
5	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
6	Задачи. Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
7	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках.	Л.И. Пензулаева стр. 70	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках	Л.И. Пензулаева стр. 71	1	
9	Задачи. Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки.	Л.И. Пензулаева стр. 71	1	
10	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами	Л.И. Пензулаева стр. 71	1	
11	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами	Л.И. Пензулаева стр. 72	1	
12	Задачи. Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения.	Л.И. Пензулаева стр. 73	1	
1	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 73	1	Ма рт
2	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 74	1	
3	Задачи. Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	Л.И. Пензулаева стр. 74	1	

4	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную	Л.И. Пензулаева стр. 75	1	Апрель
5	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег враспынную	Л.И. Пензулаева стр. 76	1	
6	Задачи. Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой.	Л.И. Пензулаева стр. 77	1	
7	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке	Л.И. Пензулаева стр. 77	1	
8	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке	Л.И. Пензулаева стр. 78	1	
9	Задачи. Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно).	Л.И. Пензулаева стр. 78	1	
10	Задачи. Упражнять детей в ходьбе враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежь»; упражнения в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 79	1	
11	Задачи. Упражнять детей в ходьбе враспынную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежь»; упражнения в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 80	1	
12	Задачи. Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячей, в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 80	1	
1	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонну по одному, ходьбе и беге враспынную; повторить задания в равновесии и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 81	1	
2	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонну по одному, ходьбе и беге враспынную; повторить задания в равновесии и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 82	1	
3	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами.	Л.И. Пензулаева стр. 83	1	
4	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать направленное исходное положение в прыжках в длину с места	Л.И. Пензулаева стр. 83	1	
5	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; взявшись за руки, ходьбе и беге враспынную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать направленное исходное положение в прыжках в длину с места	Л.И. Пензулаева стр. 84	1	
6	Задачи. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подлезании; упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры	Л.И. Пензулаева стр. 85	1	

7	Задачи. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках	Л.И. Пензулаева стр.85	1	Май
8	Задачи. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках	Л.И. Пензулаева стр. 86	1	
9	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мяча друг другу, развивать ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 86	1	
10	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 87	1	
11	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 88	1	
12	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча	Л.И. Пензулаева стр. 88	1	
1	Задачи. Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого в равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки длину с места	Л.И. Пензулаева стр. 89	1	
2	Задачи. Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого в равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки длину с места	Л.И. Пензулаева стр. 90	1	
3	Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом	Л.И. Пензулаева стр. 90	1	
4	Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом	Л.И. Пензулаева стр. 90	1	
5	Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом	Л.И. Пензулаева стр. 91	1	
6	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и беге по кругу; повторить задания с бегом и прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 90	1	
7	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползание по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	Л.И. Пензулаева стр. 92	1	
8	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползание по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	Л.И. Пензулаева стр. 93	1	
9	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения.	Л.И. Пензулаева стр. 93		
10	Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 93		
11	Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 94		
12	Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом	Л.И. Пензулаева стр. 94	1	
	<b>ИТОГО</b>		<b>108 часов</b>	

## 2.1.4. Календарное планирование в старшей группе (5-6 лет)

### Раздел: «Физическая культура»

№	Задачи образовательной деятельности		Часы	Месяц
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; в беге враспынную; сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании и мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 16	1	Сентябрь
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; в беге враспынную; сохранении устойчивого равновесия; в прыжках с продвижением вперед и перебрасывании и мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 18	1	
3	Задачи: упражнять детей в построении в колонны; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 18	1	
4	Задачи: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.	Л.И. Пензулаева стр. 20	1	
5	Задачи: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в ходьбе на носках; развивать координацию движений в прыжках в высоту и ловкость в бросках мяча вверх.	Л.И. Пензулаева стр. 21	1	
6	Задачи: Повторить ходьбу и бег между предметами, враспынную, упражнения в прыжках. Развивать ловкость в беге; Разучить игровые упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 21	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительности до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 22	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге продолжительности до 1 минуты; в ползании по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; в подбрасывании мяча вверх. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 24	1	
9	Задачи: повторить бег, продолжительностью до 1 минуты, упражнения в прыжках. Развивать ловкость и глазомер, координацию движений.	Л.И. Пензулаева стр. 25	1	
10	Задачи: Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком; повторить упражнения на равновесие и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 25	1	
11	Задачи: Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком; повторить упражнения на равновесие и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	
12	Задачи: Упражнять в беге на длинную дистанцию, в прыжках повторить задание с мячом, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	
1	Задачи: упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; в прыжках и перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 29	1	Октябрь
2	Задачи: упражнять детей в беге продолжительностью до 1 минуты; в ходьбе приставным шагом по гимнастической	Л.И. Пензулаева стр. 30	1	

	скамейке; в прыжках и перебрасывание мяча.			
3	Задачи: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; знакомить с ведением мяча правой и левой рукой, упражнять в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 30	1	
4	Задачи: Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 31	1	
5	Задачи: Разучить поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; повторить бег с преодолением препятствий; упражнять в прыжках с высоты; развивать координацию движений при перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 33	1	
6	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге; разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 33	1	
7	Задачи: Повторит ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 34	1	
8	Задачи: Повторит ходьбу с изменением темпа движения; развивать координацию движений и глазомер при метании в цель; упражнять в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 35	1	
9	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагивание через препятствия, непрерывном беге продолжительностью до 1 минуты; познакомить с игрой бадминтон; повторить игровое упражнение с прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 36	1	
10	Задачи: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 36	1	
11	Задачи: Упражнять в ходьбе парами; повторить лазанье в обруч; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 38	1	
12	Задачи: Развивать выносливость в беге продолжительностью до 1,5 минут; Разучить игру «Посадка картофеля», упражнять в прыжках, развивать внимание в игре «Затейники».	Л.И. Пензулаева стр. 35	1	
1	Задачи: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	Л.И. Пензулаева стр. 40	1	
2	Задачи: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; упражнения в равновесии, развивая координацию движений; перебрасывание мячей в шеренгах.	Л.И. Пензулаева стр. 42	1	
3	Задачи: Повторить бег; игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 42	1	
4	Задачи: Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; бег между предметами, повторить прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
5	Задачи: Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; бег между предметами, повторить прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед; упражнять в ползании по гимнастической скамейке и ведении мяча между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 44	1	
6	Задачи: Повторить бег с перешагиванием через предметы, развивая координацию движений; развивать ловкость в игровом задании с мячом, упражнять в беге.	Л.И. Пензулаева стр. 44	1	
7	Задачи: Упражнять в ходьбе с изменением темпа, в беге между предметами, в равновесии;	Л.И. Пензулаева стр. 45	1	

Ноябрь

8	Упражнять в ходьбе с изменением темпа, в беге между предметами, в равновесии;	Л.И. Пензулаева стр. 46	1	Декабрь
9	Задачи: упражнять в беге, развивая выносливость; перебрасывание мяча в шеренгах. Повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.	Л.И. Пензулаева стр. 46	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 47	1	
11	Повторить ходьбу с выполнением действий по сигналу воспитателя; упражнять в равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 48	1	
12	Задачи: повторить бег с преодолением препятствий, повторить игровые упражнения с прыжками, бегом и мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 48	1	
1	Задачи: Упражнять в ходьбе, разучить ходьбу по наклонной доске, повторить перебрасывание мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	
2	Задачи: Упражнять в ходьбе, разучить ходьбу по наклонной доске, повторить перебрасывание мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 50	1	
3	Задачи: Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежки на дальность.	Л.И. Пензулаева стр. 51	1	
4	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, повторить прыжки на правой левой ноге, упражнять в ползании и переброске мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 52	1	
5	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге по кругу, повторить прыжки на правой левой ноге, упражнять в ползании и переброске мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 53	1	
6	Повторить бег и ходьбу между предметами, упражнять в прыжках на двух ногах, в бросание снежков в цель.	Л.И. Пензулаева стр. 53	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
8	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание по гимнастической скамейке; упражнять в сохранении устойчивого равновесия.	Л.И. Пензулаева стр. 55	1	
9	Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков в горизонтальную цель.	Л.И. Пензулаева стр. 55	1	
10	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 56	1	
11	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, в беге враспынную; в лазанье на гимнастическую стенку; в равновесии и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 58	1	
12	Задачи: Повторить передвижение на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с клюшкой и шайбой, развивать координацию движений и устойчивое равновесие.	Л.И. Пензулаева стр. 58	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу в забрасывании мяча в кольцо	Л.И. Пензулаева стр. 60	1	Январь
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске;	Л.И. Пензулаева стр. 61	1	

	упражнять в прыжках с ноги на ногу в забрасывании мяча в кольцо			
3	Задачи: Продолжать учить детей передвигаться по учебной лыжне; повторить игровые упражнения.	Л.И. Пензулаева стр. 62	1	
4	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Л.И. Пензулаева стр. 62	1	
5	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках и прокатывании мяча головой.	Л.И. Пензулаева стр. 64	1	
6	Задачи: Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, повторить игровые упражнения с бегом и метанием.	Л.И. Пензулаева стр. 64	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 64	1	
8	Задачи: Повторить ходьбу и бег между предметами; упражнять в перебрасывании мяча друг другу; повторить задание в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
9	Задачи: Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, повторить игровые упражнения с бегом, прыжками и метанием снежков на дальность.	Л.И. Пензулаева стр. 66	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнение в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку.	Л.И. Пензулаева стр. 66	1	
11	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнение в равновесии и прыжках; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку.	Л.И. Пензулаева стр. 67	1	
12	Задачи: Разучить повороты на лыжах повторить игровые упражнения с бегом и прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 67	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 69	1	
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; в беге продолжительностью до 1 минуты; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 70	1	
3	Задачи: Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом; повторить повороты на лыжах, игровые упражнения с шайбой.	Л.И. Пензулаева стр. 70	1	
4	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу, врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Л.И. Пензулаева стр. 71	1	
5	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу, врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги в прыжках; упражнять в лазанье под дугу и отбивании мяча о землю.	Л.И. Пензулаева стр. 72	1	
6	Упражнения в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность;	Л.И. Пензулаева стр. 72	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучит метание в вертикальную цель; упражнять в лазанье под палку и перешагивание через нее.	Л.И. Пензулаева стр. 72	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучит метание в вертикальную цель;	Л.И. Пензулаева стр. 73	1	

Февраль

	упражнять в лазанье под палку и перешагивание через нее.				
9	Задачи: Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, метанием снежков на дальность.	Л.И. Пензулаева стр. 74	1		
10	Задачи: Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 74			
11	Задачи: Упражнять детей в непрерывном беге; в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 75			
12	Задачи: Построение в шеренгу, перестроение в колонну по одному. Ходьба с выполнением заданий.	Л.И. Пензулаева стр. 76			
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 77	1		
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону; разучить ходьбу по канату с мешочком на голове; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 78	1		
3	Задачи: Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая ловкость и глазомер.	Л.И. Пензулаева стр. 79	1		
4	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочком в цель, в ползании между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 80	1		
5	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу с изменением направления движения и врассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочком в цель, в ползании между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 81	1		
6	Задачи: Повторить бег в чередовании с ходьбой, игровые упражнения с мячом и прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 81	1	Ма рт	
7	Задачи: Повторить ходьбу со сменой темпа движений; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 82	1		
8	Задачи: Повторить ходьбу со сменой темпа движений; упражнять в ползании по гимнастической скамейке, равновесии и прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 83	1		
9	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 84	1		
10	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 84	1		
11	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с перестроением в колонну по два в движении; в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 85	1		
12	Задачи: Упражнять в беге на скорость; разучить упражнение с прокатыванием мяча; повторить игровые задания с прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 86	1		
1	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре; упражнять в прыжках и метании.	Л.И. Пензулаева стр. 87	1		
2	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре;	Л.И. Пензулаева стр. 88	1		Апрель

3	Задачи: Упражнять детей в чередовании ходьбы и бега; повторить игру с бегом «Ловишки – перебешки», эстафету с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 88	1		
4	Задачи: Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки через скакалку; упражнять в прокатывании обручей.	Л.И. Пензулаева стр. 89	1		
5	Задачи: Повторить ходьбу и бег между предметами; разучить прыжки через скакалку; упражнять в прокатывании обручей.	Л.И. Пензулаева стр. 90	1		
6	Задачи: Упражнять в длительном беге, развивая выносливость; в прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 90	1		
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении равновесия.	Л.И. Пензулаева стр. 90	1		
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; повторить метание в вертикальную цель, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании и сохранении равновесия.	Л.И. Пензулаева стр. 92	1		
9	Задачи: Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	Л.И. Пензулаева стр. 92	1		
10	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 92	1		
11	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге между предметами; закреплять навыки лазанья на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия и прыжках	Л.И. Пензулаева стр. 94	1		
12	Задачи: Упражнять в беге на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 94	1		
1	Задачи: Упражнять в беге и ходьбе с поворотом в другую сторону; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 95	1		М а й
2	Задачи: Упражнять в беге и ходьбе с поворотом в другую сторону; в сохранении равновесия на повышенной опоре; повторить упражнения в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 96	1		
3	Задачи: Упражнять детей в беге с высоким подниманием бедра; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и воланом.	Л.И. Пензулаева стр. 97	1		
4	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагивание через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 97	1		
5	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагивание через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 98	1		
6	Задачи: Развивать выносливость в непрерывном беге; упражнять в прокатывании обручей, развивая ловкость и глазомер; повторить игровые упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 98	1		
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Л.И. Пензулаева стр. 99	1		
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами колонной по одному и враспынную; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить упражнения в равновесии и с обручем.	Л.И. Пензулаева стр. 100	1		

9	Задачи: Повторить бег на скорость; игровые упражнения с мячом и прыжками	Л.И. Пензулаева стр. 100	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу с изменением темпа движений; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 101		
11	Задачи: Повторить ходьбу с изменением темпа движений; развивать навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить прыжки между предметами.	Л.И. Пензулаева стр. 102		
12	Задачи: Упражнять в беге и ходьбе с изменением темпа движения; игровых упражнениях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 102		
<b>ИТОГО</b>			<b>108 ч</b>	

### 2.1.5. Календарное планирование в подготовительной к школе группе (6-7 лет)

#### Раздел: «Физическая культура»

№	Тема	Источник	Часы	Месяц
1	Задачи: Упражнять детей в беге колонной по одному; умении переходить с бега на ходьбу; в сохранение равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 9	1	Сентябрь
2	Задачи: упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Л.И. Пензулаева стр. 11	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 1	Л.И. Пензулаева стр. 9	1	
4	Задачи: Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	Л.И. Пензулаева стр. 11	1	
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	Л.И. Пензулаева стр. 14	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 4	Л.И. Пензулаева стр. 11	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов; Развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	Л.И. Пензулаева стр. 15	1	
8	Задачи: Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать точность и быстроту движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами. Стр.16	Л.И. Пензулаева стр. 16	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 7. Стр15	Л.И. Пензулаева стр. 15	1	
10	Задачи: Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	Л.И. Пензулаева стр. 16	1	
11	Задачи: Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	Л.И. Пензулаева стр. 18	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 10. Стр.16	Л.И. Пензулаева стр. 16	1	
1	Задачи: Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на	Л.И. Пензулаева стр. 20	1	кт яб

	повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.			
2	Задачи: упражнять в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 22	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия Стр.20	Л.И. Пензулаева стр. 20	1	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 22	1	
5	Задачи: Повторить бег в среднем темпе продолжительностью до 1,5 минут; развивать ловкость броска; упражнять в прыжках Стр.24	Л.И. Пензулаева стр. 24	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 16	Л.И. Пензулаева стр. 22	1	
7	Задачи: упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	Л.И. Пензулаева стр. 24	1	
8	Задачи: Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 26	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 19	Л.И. Пензулаева стр. 24	1	
10	Задачи: Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	
11	Задачи: Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	Л.И. Пензулаева стр. 28	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 22.	Л.И. Пензулаева стр. 27	1	
1	Задачи: Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через канат; повторить эстафету с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 29	1	Ноябрь
2	Задачи: Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 32	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 25	Л.И. Пензулаева стр. 29	1	
4	Задачи: Упражнять в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через скакалку; бросание мяча друг другу; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Л.И. Пензулаева стр. 32	1	
5	Задачи: Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 34	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 28.	Л.И. Пензулаева стр. 32	1	
7	Задачи: Упражнять в беге и ходьбе «змейкой» между предметами; повторить введение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 34	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа, с заданием. Повторить игровые упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 36	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 31	Л.И. Пензулаева стр. 34	1	
10	Задачи: Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость;	Л.И. Пензулаева стр. 37	1	

	повторить упражнения в прыжках и на равновесие.			
11	Задачи: Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге; упражнять в выполнении заданий с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 39	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 34.	Л.И. Пензулаева стр. 37	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с различным положением рук, в беге враспынную, в сохранении на равновесия при ходьбе приставным шагом. Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 40	1	Декабрь
2	Задачи: Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу; упражнять в продолжительном беге до 1,5 мин. Повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 41	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 1	Л.И. Пензулаева стр. 40	1	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движений, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 42	1	
5	Задачи: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	Л.И. Пензулаева стр. 43	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 4.	Л.И. Пензулаева стр. 42	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 45	1	
8	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, повторит задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 46	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 7.	Л.И. Пензулаева стр. 45	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «помедвежь»; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	Л.И. Пензулаева стр. 47	1	
11	Задачи: Упражнять детей в ходьбе между постройками снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежком на дальность.	Л.И. Пензулаева стр. 48	1	
12	Задачи: повторение материала занятия 10.	Л.И. Пензулаева стр. 47	1	
1	Задачи: Повторит ходьбу и бег по кругу, враспынную; упражня на равновесие при ходьбе по уменьшенной опоре, прыжки на двух ногах через препятствие.	Л.И. Пензулаева стр. 49	1	Январь
2	Задачи: Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге между предметами, повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке, провести подвижную игру «Два Мороза»	Л.И. Пензулаева стр. 51	1	
3	Задачи: повторение пройденного материала зан. 13.	Л.И. Пензулаева стр. 50	1	
4	Задачи: Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	Л.И. Пензулаева стр. 52	1	
5	Задачи: провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробушки».	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 16.	Л.И. Пензулаева стр. 52	1	
7	Задачи: Упражнять в беге и ходьбе с дополнительным	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	

	заданием; развивать ловкость, глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под дугу.			
8	Задачи: упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	Л.И. Пензулаева стр. 56	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 19.	Л.И. Пензулаева стр. 54	1	
1	Задачи: Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением доп. задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	Февраль
2	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 60	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 25.	Л.И. Пензулаева стр. 59	1	
4	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком; упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч.	Л.И. Пензулаева стр. 61	1	
5	Задачи: упражнять в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Л.И. Пензулаева стр. 62	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 28	Л.И. Пензулаева стр. 61	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в подпрыгивании на правой и левой ноге, в метании мешочков; повторить упражнения на сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением задания.	Л.И. Пензулаева стр. 63	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	Л.И. Пензулаева стр. 64	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 31. Стр.63	Л.И. Пензулаева стр. 63	1	
10	Задачи: упражнять детей в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
11	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 66	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 34.	Л.И. Пензулаева стр. 65	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафета с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 72	1	Март
2	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 73	1	
3	Задачи: повторение материала занятия 1.	Л.И. Пензулаева стр. 72	1	
4	Задачи: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 74	1	
5	Задачи: Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 75	1	
6	Задачи: повторение материала занятия 4.	Л.И. Пензулаева стр. 74	1	
7	Задачи: Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение	Л.И. Пензулаева стр. 76	1	

	равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке.			
8	Задачи: Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 78	1	
9	Задачи: закрепления материала занятия 7.	Л.И. Пензулаева стр. 76	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу и бег с выполнением задания; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	Л.И. Пензулаева стр. 79	1	
11	Задачи: Повторить упражнения с бегом, в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 80	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 10.	Л.И. Пензулаева стр. 79	1	
1	Задачи: Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 81	1	Апрель
2	Задачи: Повторить игровое упражнение с бегом; игровые задания с мячом, с прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 82	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 13.	Л.И. Пензулаева стр. 81	1	
4	Задачи: Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мячей друг другу.	Л.И. Пензулаева стр. 83	1	
5	Задачи: Повторить игровое задание с ходьбой и бегом; игровые упражнения с мячом, в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 84	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 16.	Л.И. Пензулаева стр. 83	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары; в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 84	1	
8	Задачи: Повторить бег на скорость; упражнять детей в заданиях с прыжками, в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 86	1	
9	Задачи: повторение пройденного материала 19.	Л.И. Пензулаева стр. 84	1	
10	Задачи: Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упр-я в равновесии, в прыжках и с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 87	1	
11	Задачи: Повторить игровые упражнения с ходьбой, бегом, игровые задания в прыжках, с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 88	1	
12	Задачи: закрепления материала занятия 22.	Л.И. Пензулаева стр. 87	1	
1	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 88	1	Ма й
2	Задачи: Упражнять детей в продолжительном беге, развивая выносливость; развивать точность движений при переброске мяча друг другу в движении; упражнять в прыжках через скакалку; повторить упражнения в равновесии с дополнит. заданием.	Л.И. Пензулаева стр. 90	1	
3	Задачи: закрепления материала занятия 25.	Л.И. Пензулаева стр. 88	1	
4	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках с места в длину, повторить упражнения с мячом.	Л.И. Пензулаева стр. 90	1	
5	Задачи: Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить упражнения с мячом, в прыжках.	Л.И. Пензулаева стр. 92	1	
6	Задачи: закрепления материала занятия 28.	Л.И. Пензулаева стр. 90	1	
7	Задачи: Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге враспынную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	Л.И. Пензулаева стр. 92	1	
8	Задачи: Упражнять детей в ходьбе между предметами; ходьбе и беге враспынную, повторить задание с мячом и прыжками.	Л.И. Пензулаева стр. 93	1	
9.	Задачи: повторение материала занятия 31.	Л.И. Пензулаева стр. 93	1	
	<b>ИТОГО</b>		<b>108 ч</b>	

## 2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания Программы

### Формы реализации

Формы реализации основной части ОП МБДОУ "Детский сад № 202" соответствуют формам ФОР ДО.

Подробнее с ними можно ознакомиться по ссылке : <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044, п.23.1 – 23.5.>

### Методы реализации

Методы реализации основной части ОП МБДОУ "Детский сад № 202" соответствуют методам ФОР ДО.

Подробнее с ними можно ознакомиться по ссылке : <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044, п.23.6.>

### Средства реализации

Средства реализации основной части ОП МБДОУ "Детский сад № 202" соответствуют средствам ФОР ДО.

Подробнее с ними можно ознакомиться по ссылке : <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044, п.23.7 – 23.12.>

## 2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Подробнее ознакомиться с особенностями образовательной деятельности разных видов и культурных практик основной части ОП ДО можно: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044, п.24.>

## 2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Подробнее ознакомиться с особенностями взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся дошкольного возраста основной части ОП ДО можно: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044, п.26>

### Виды взаимоотношений инструктора по физической культуре с семьями воспитанников:

**Сотрудничество** – общение на равных, где ни одной из сторон взаимодействия не принадлежит привилегия указывать, контролировать, оценивать.

**Взаимодействие** – способ организации совместной деятельности, которая осуществляется на основании социальной перцепции и с помощью общения.

#### Основные принципы взаимодействия с семьями воспитанников:

- Открытость для семьи.
- Сотрудничество инструктора по физической культуре и родителей в воспитании детей.
- Создание единой РППС, обеспечивающей одинаковые подходы к развитию ребенка в семье и детском саду.

### План взаимодействия с родителями.

Месяц	Форма работы	Цель	Возраст
Сентябрь	«Значение режима дня для здоровья ребенка» (консультация для родителей)	Сформировать представление о режиме дня, умении отличать поведение, способствующее укреплению здоровья, от поведения, вредного для здоровья	Все возрастные группы
Октябрь	«Закаливающие	Осуществить комплексный подход к	Младший, средний

	мероприятия для ребенка в детском саду» (ширма) «Что делать, если у р-ка плоскостопие» (консультация)	оздоровлению ребенка средствами природы с учетом уровня его индивид. здоровья при активном включении ребенка в процесс его формирования. Установление единства в подходе к укреплению здоровья детей в д/с и дома	дошкольный возраст.  Старший дошкольный возраст
Ноябрь	«Физическое развитие детей в ДОУ» (консультация для родителей) Папа, мама, я – спортивная семья» (спорт. праздник)	Раскрыть перед родителями важные стороны физического развития. Формировать чувство ответственности за укрепление здоровья своего ребенка. Сплочение семей, пропаганда ЗОЖ, вовлечение обучающихся в систематич. занятия физ-рой и спортом	Старший дошкольный возраст (дети от 5 до 7 лет) Старшие, подготовительные группы
Декабрь	«Как научить ребенка кататься на санках» (папка-передв)	Знакомить родителей с играми и правилами катания на санках.	Младший – средний возраст (дети от 3 до 5 лет)
Январь	«Зимние забавы и игры для малышей»		Младший возраст
Февраль	«Игра в жизни р-ка» (папка-передв) Спорт. развлечение «Слава Армии Российской»	Помочь родителям осознать важность игровой деятельности ребенка.	Мл. – ср. возраст (дети от 3 до 5 лет) Старшие, подгот. группы
Март	«Способности вашего р-ка, как их развить» (индив. беседы)	Заинтересовать, увлечь родителей творч. процессом развития гармоничного становления личности ребенка	Все возраста
Апрель	«Как сформировать у ребенка прав. осанку» (конс-ция)	Дать представления о правильной осанке и профилактики ее нарушения	Младшие, средние группы
Май	«Физическая культура в семье» (папка-передв)	Убедить родителей в необходимости физич. упр-ний в домашних условиях.	Старшие, подгот. группы

## **2.5. Программа воспитания**

### **Цели и задачи воспитания:**

Общая цель воспитания в МБДОУ "Детский сад №202"- личностное развитие каждого ребенка с учетом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества.

Более подробно с целевым разделом Федеральной рабочей программой воспитания можно ознакомиться: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044>, п.29.2.

### **Задачи воспитательной работы**

<b>Направление воспитания - Патриотическое</b>	
<b>Дошкольный возраст (до 7 лет)</b>	
<b><u>Инвариантные задачи</u></b>	<b><u>1) Обогащать и расширять представления о себе и своих возм-тях, в познавательной деятельности с родителями и членами семьи, продолжать развивать представления детей о труде.</u></b>

	<p>2) Развивать представления детей о своей малой родине, населенном пункте, в котором живут, его достопримечательностях, поддерживать интерес к стране, знакомить с традициями и праздниками, принимать участие в подготовке к праздникам, эмоц. откликаться на участие в них.</p> <p>3) Расширять представления о культурно-исторических событиях малой родины и Отечества, развивать интерес к достопримечательностям род. страны, ее традициям, праздникам, воспитывать эмоционально-положительное отношение к ним.</p> <p>4) Формировать представления детей о многообразии стран и народов мира.</p> <p>5) Подготовка к будущей семейной жизни к роли матери и отца</p>
<u>Вариативные задачи</u>	<i>Посещение центра русской культуры "Благо": ознакомление с историческим контекстом возникновения объекта культурного наследия Алтайского края.</i>
<u>Направление воспитания - Социальное</u>	
<u>Дошкольный возраст (до 7 лет)</u>	
<u>Инвариантные задачи</u>	<p>1) Восп-ие у р-ка уважения и принятия ценности семьи и общ-ва.</p> <p>2) Формирование способности и поощрение проявлений ребенком сочувствия и заботы, ответственности за свои действия и поведение, проявлений задатков ч-ва долга, нравств. поступков.</p> <p>3) Формирование у ребенка уважения и принятия различий между людьми.</p> <p>4) Способствование формированию у р-ка основ речевой к-ры.</p> <p>5) Формирование у ребенка дружелюбия и доброжелательности, искрен-ти, правдивости, умения слушать и слышать собеседника.</p> <p>6) Формирование у ребенка способности взаимодействовать со взрослыми и сверстниками.</p> <p>7) Формирование между мальчиками и девочками дружественных отношений, основанных на нравственных нормах взаимоотношения полов.</p>
<u>Вариативные задачи</u>	<i>Приобщение детей к участию в традиционных праздниках, проводимых в родном городе.</i>
<u>Направление воспитания - Познавательное</u>	
<u>Дошкольный возраст (до 7 лет)</u>	
<u>Инвариантные задачи</u>	<p>1) Формирование у ребенка любознательности, наблюдательности, потребности в самовыражении.</p> <p>2) Поощрение и поддержание у ребенка активности, самостоятельности, инициативы в различных видах деятельности и в самообслуживании.</p> <p>3) Способствовать формированию у ребенка первичной картины мира на основе традиционных ценностей российского общества.</p>
<u>Вариативные задачи</u>	<i>1) Выращивание растений Алт. края (бархатцы, лук, огурцы)</i>
<u>Направление воспитания - Физическое и оздоровительное</u>	
<u>Дошкольный возраст (до 7 лет)</u>	
<u>Инвариантные задачи</u>	<p>1) Формирование у ребенка основных навыков личной и общественной гигиены.</p> <p>2) Формирование и поддержание у ребенка стремления соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе.</p> <p>3) Поддержание у детей желания помогать малышам безопасно вести себя в помещении, прогулке, бережно относиться к ним.</p>

<u>Вариативные задачи</u>	1) <u>Понимание причин безопасного поведения в условиях семейного путешествия по Алтайскому краю.</u>
<u>Направление воспитания - Трудовое</u>	
<u>Дошкольный возраст (до 7 лет)</u>	
<u>Инвариантные задачи</u>	1) <u>Формирование понимания ценности труда в семье и в общ-ве на основе уважения к людям труда и рез-там их деят-ти.</u> 2) <u>Поощрение проявлений у ребенка трудолюбия при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.</u>
<u>Вариативные задачи</u>	1) <u>Организация регулярных дежурств.</u> 2) <u>Воспитание уважительного отношения и интереса к профессиям работников детского сада.</u>
<u>Направление воспитания - Эстетическое</u>	
<u>Инвариантные задачи</u>	1) <u>Формирование у ребенка способности воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве.</u> 2) <u>Формирование и поддержание у детей стремления к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.</u> 3) <u>Формирование у ребенка основ худ-эстетического вкуса.</u> 4) <u>Формирование у детей к-ры поведения в соотв со своим полом.</u>
<u>Вариативные задачи</u>	1) <u>Ознакомление с историческим контекстом возникновения Царь-Вазы, или Большой Колыванской вазы, находящейся в Государственном Эрмитаже.</u> 2) <u>Приобщение к изготовлению кукол-масленичек.</u>
<u>Направление воспитания – Духовно-нравственное</u>	
<u>Дошкольный возраст (до 7 лет)</u>	
<u>Инвариантные задачи</u>	1) <u>Формировать умение различать основные проявления добра и зла, принимать и уважать традиционные ценности, ценности семьи и общества, быть правдивым, искренним, способным к сочувствию и заботе, к нравственному поступку.</u> 2) <u>Способствовать развитию качеств не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу.</u> 3) <u>Самостоятельно различать основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.</u>
<u>Вариативные задачи</u>	1) <u>Способствовать стремлению сохранения духовно-нравственной культуры Алтайского края.</u>

**Традиционные мероприятия и события МБДОУ "Детский сад № 202":**

<b>Сентябрь</b>	
<b>Тема развлечения</b>	<b>Ответственные</b>
«День знаний»	Муз. рук-ль Ст.восп-ль, восп-ли
Театрализованное представление "Красный, желтый, зеленый"	Муз. рук-ль, инструктор по фк, Ст.воспитатель, воспитатели
Тематическая выставка ко Дню города (начало с 4-й недели августа)	
Цветочная композиция к празднованию «Дня города»	воспитатели
Детско-родительский конкурс	
«Осенняя кладовая» (поделки из природного материала)	Воспитатели, Ст. воспитатель
<b>Октябрь</b>	
Музыкальный концерт	
«Старость нужно уважать» (ко Дню пожилого человека)	Муз. рук.Ст. восп-ль, восп-ли
Развлечение (региональный компонент)	

«Осенины»	Муз. рук. Ст. восп-ль, восп-ли
Спортивный досуг	
«Наш друг - светофор»	Инстр-р по фк, Ст. восп-ль., в-ли
Музыкальный праздник	
"Осень - щедрая пора"	Инстр-р по фк, Ст. восп-ль., в-ли, муз. рук.
<b>Ноябрь</b>	
Музыкальное развлечение (региональный компонент)	
«Кузьминки»	Муз. рук. Ст. восп-ль, восп-ли
Музыкальный концерт ко Дню матери	
«Мама - солнышко мое»	Муз. рук. Ст. восп-ль, восп-ли
Тематическая выставка	
«Мамины глаза»	Воспитатели, ст. воспитатель
Оздоровительные мероприятия	
"День здоровья"	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
<b>Декабрь</b>	
Музыкальный праздник	
«Новый год у ворот»	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
Музыкально-спортивный досуг	
«Зимние забавы»	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
Детско-родительская акция	
«Покормим птичек»	Воспитатели, Ст. воспитатель
Кукольный театр	
"Зимняя сказка"	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
Детско-родительская выставка	
«Волшебник Дед Мороз» Поделки на новогоднюю тематику	Воспитатели
<b>Январь</b>	
Музыкально-спортивный досуг (региональный компонент)	
«Колядки»	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
Оздоровительные мероприятия	
День здоровья	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
<b>Февраль</b>	
Музыкально-спортивный досуг	
«День защитника Отечества»	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
Детско-родительская выставка	
«Военная техника»	Воспитатели, Ст. воспитатель
Развлечение ко дню здоровья	
"В гостях у Неболейки"	Инст-р фк, Ст. восп-ль, восп-ли
Выставка фотографий	
«Папа - мой герой»	Ст. воспитатель, воспитатели
<b>Март</b>	
Музыкальный праздник	

«Мамочка моя»	Муз. рук-ль
Фольклорный праздник (региональный компонент)	
«Широкая Масленица»	Муз. рук-ль
Спортивное развлечение	
"Супер-мамы"	Инст-р фк, Ст. восп-ль, восп-ли
<b>Апрель</b>	
Музыкальное развлечение	
«День смеха"	Муз. рук-ль, воспитатели
Музыкальное развлечение	
"Весенняя капель"	
Тематический вечер	
«Загадки космоса»	Муз. рук-ль. Инструктор по фк, Ст. воспитатель, воспитатели
Спортивное развлечение	
«Если очень захотеть, можно в космос полететь»	Воспитатели, Ст.воспитатель
Детско-родительская акция	
«Подготовим огород»	Воспитатели, Ст.воспитатель
<b>Май</b>	
Музыкальный концерт	
«Этот день Победы»	Муз. рук-ль
Тематическое развлечение	
"По дороге с облаками"	Муз. рук-ль
Тематическая выставка	
«Мы помним, мы гордимся»	Воспитатели
Выпускной бал	
«Ты - супер!»	Инст-р фк, Ст. восп-ль, восп-ли, муз. рук., воспитанники 6 -7 лет

В традиционные мероприятия и события МБДОУ "Детский сад № 202" также входят: Педагогические советы, деятельность наставнических пар, тренинги на сплочение коллектива, коллективные выезды на природу на "День дошкольного работника", семинар-практикум «Психологическое здоровье педагогов», акция с коллективом ДОУ «Витаминизация».

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Методическое обеспечение реализации Программы**

Психолого-педагогическая работа по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие» обеспечивается использованием программ, технологий и методических пособий.

1. От рождения до школы. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под. Ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 368с.
2. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3-7 лет. – 2-е изд., испр. доп.– М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. –48 с.
3. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет / Авт. – сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 144с.
4. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 128 с.

5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 80 с.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 128 с.
8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.

### 3.2.Режим и распорядок дня

Организация жизни и деятельности детей в зависимости от их возрастных и индивидуальных особенностей и социального заказа родителей, предусматривающая личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской деятельности. Режим МБДОУ составлен в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 и утвержден решением педагогического совета МБДОУ.

#### График проведения утренней гимнастики.

Ежедневно с 8.00 - 8.30

<i>Дни недели</i>	<i>группы</i>	<i>Ответственные</i>	<i>Место проведения</i>
Понедельник	2,3,4,6,7,8,9	Инструктор по ФК, Воспитатель	Спортивный зал
Вторник	2,3,4,6,7,8,9	Инструктор по ФК, Воспитатель	Спортивный зал
Среда	2,3,4,6,7,8,9	Инструктор по ФК, Воспитатель	Спортивный зал
Четверг	2,3,4,6,7,8,9	Инструктор по ФК, Воспитатель	Спортивный зал
Пятница	2,3,4,6,7,8,9	Инструктор по ФК, Воспитатель	Спортивный зал

#### **Расписание непосредственно образовательной деятельности руководителя физического воспитания в помещении**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Младшая группа № 9	09.10-09.25				09.10-09.25
Средняя группа № 8	08.45-09.05				08.45-09.05
Старшая группа №6	09.30-09.55				09.30-09.55
Подготовительная к школе группа № 7	10.00-10.30				10.00-10.30
2 гр. ран. возр. № 1		09.00-09.10		15.30-15.40	
2 гр. ран. возр. № 2		09.20-09.30		15.45-15.55	
Средняя группа № 4		09.35-09.55		16.00-16.20	
Подготовительная к школе группа № 3		10.00-10.30		16.25-16.55	

#### **Расписание непосредственно образовательной деятельности руководителя физического воспитания на улице**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Младшая группа № 9			16.15-16.30		
Средняя группа № 8			16.30-16.50		
Старшая группа №6			16.50-17.15		
Подготовительная к школе группа № 7			15.45-16.15		
2 гр. ран. возр. № 1					16.05-16.15
2 гр. ран. возр. № 2					16.20-16.30
Средняя группа № 4					15.40-16.00
Подготовительная к школе группа № 3					16.35-17.05

### 3.3. Планирование образовательной деятельности

Планирование деятельности педагогов опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и должно быть направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды.

Планирование деятельности дошкольного Учреждения направлено на совершенствование ее деятельности и учитывает результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации программы дошкольного Учреждения.

Планирование образовательной деятельности (часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений).

Учебный план учитывает в полном объеме возрастные, психофизические особенности воспитанников и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

#### Годовой календарный учебный график

По реализации образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад №202» на 2024-2025 учебный год

#### Режим работы учреждения

Продолжительность учебной недели	5 дней (с понедельника по пятницу)
Режим работы учреждения	12 часов (с 07.00 до 19.00)
Нерабочие дни	суббота, воскресенье и праздничные дни

#### Продолжительность учебного года

Учебный год	с 01.09.2023г. по 31.05.2024г.	39 недель
I полугодие	с 01.09.2023г. по 31.12.2023	17 недель
II полугодие	с 01.01.2024г. по 31.05.2024	22 недели

#### Праздничные и выходные дни

Период	Учебных дней	Праздничные и выходные дни	
		Выходных дней	Название праздника
сентябрь	21	9	
октябрь	23	8	
ноябрь	20	10	2,3,4 – День народного единства
декабрь	21	10	31 – Новогодние каникулы
январь	17	14	1-8 – Новогодние каникулы 7 – Рождество Христово
февраль	20	8	23 – День защитника Отечества
март	22	10	8 – Международный женский день
апрель	22	8	
май	18	13	1,2,3,4- Праздник Весны и Труда 8,9,10,11- День Победы
<b>итого</b>	<b>184 дня/ 36 нед</b>	<b>90 дней</b>	

#### Модель двигательного режима

#### Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 15	2 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
	на улице	1 раз в	1 раз в	1 раз в	1 раз в

		неделю 15	неделю 20	неделю 25	неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утр. гимнастика	Ежедн 5-6	Ежедн 6-8	Ежедн 8-10	Ежедн 10-12
	подвижные и спортивные игры и упражн. на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	физкульт минутки (в серед. статического занятия)	3-5 ежедневно в завис. от вида и содерж. занятий	3-5 ежедневно в завис. от вида и содерж. занятий	3-5 ежедневно в завис. от вида и содерж. занятий	3-5 ежедневно в завис. от вида и содерж. занятий
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-40	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.
	здоровья день	1 раз в кварт			
Самостоятельная двигательная деятельность и	Самост. исп-ие физк. спортивного игр. оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самост., подв., спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

## VI. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### Краткая презентация

Настоящая рабочая программа разработана на основе ФОП ДО. Содержание образовательного процесса в разделе «Физическое развитие» выстроено в соответствии с программой дошкольного образовательного учреждения МБДОУ «Детский сад №202». Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста составлена для воспитанников от 3 до 7 лет и основывается на образовательную программу «Физкультурные занятия с детьми» Л.И. Пензулаева.

Программа предусматривает решение программных образовательных задач в соответствии с возрастом воспитанников, особое значение придается:

- организации самостоятельной двигательной активности детей;
- формированию у детей потребности в здоровом образе жизни;
- ориентации детей в доступных их пониманию видах спорта; активному включению родителей в процесс физического воспитания детей.

Работа с детьми 3 – 7 лет традиционно осуществляется в трех направлениях: оздоровительном, образовательном и воспитательном. Эти направления конкретизируют в решении следующих задач:

#### Оздоровительные задачи:

- совершенствовать функции и закаливание организма детей;
- формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку.

#### Образовательные задачи:

- формировать правильные двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий и в сочетании;
- развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к другим;
- обеспечивать осознанное овладение движениями;
- содействовать развитию пространственных ориентировок;
- способствовать воспитанию скоростно-силовых качеств, гибкости, создавать условия для развития ловкости, выносливости;
- понимание общего способа выполнения физических упражнений и связи «цель результат».

**Воспитательные задачи:**

- вызывать и поддерживать интерес к двигательной деятельности;
- приучить к самостоятельному созданию условий для выполнения физических упражнений;
- двигательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений;
- формировать элементарные умения самоорганизации в двигательной деятельности.

Программа включает три раздела: целевой, содержательный и организационный. Целевой раздел включает в себя пояснительную записку, цели и задачи реализации программы, возрастные особенности детей 3 — 7 лет, планируемые результаты, целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного детства.

Содержательный раздел включает:

- календарно-тематическое планирование;
- описание вариативных форм, методов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов;
- деятельность по реализации образовательных областей в совместной деятельности педагога с детьми и самостоятельной деятельности.
- представлены особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Организационный раздел включает:

- методическое обеспечение реализации программы обеспечение;
- режим и распорядок дня;
- планирование образовательной деятельности.

## **Лист корректировки**

ПРОШНУРОВАНО, ПРОНУМЕРОВАНО,  
СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ

*Срок сдачи 41 мес*

*Асы*

*А.В. Зябрина*

Должность Ф.И.О.

Должность \* МБОУ ДОУ \* ИИН 2224043580 \* ИИН 2224043580

