

Структурное подразделение МКОУ «Большетурышская средняя общеобразовательная школа»- Большетурышский детский сад

РАССОТРЕНО
На заседании методического совета
Протокол № 1 от 27.08.2020г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УР
 /Гафурова И.М



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**По освоению воспитанниками четвертого, пятого, шестого и
седьмого года жизни основной общеобразовательной
программы дошкольного образования по образовательной
области**

**«Физическая культура»
на 2020-2021 учебный год**

Составитель:
Лобова Ксения Сергеевна,
инструктор по физическому воспитанию

с. Большой Турыш. 2020г.

Содержание

	Стр.
1. Целевой раздел рабочей программы	3
Пояснительная записка	3
1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы	4
1.2. Планируемый результат освоения программы	5
2. Содержательный раздел рабочей программы	7
2.1 Модуль образовательной деятельности «Физическое развитие»	7
3. Организационный раздел рабочей программы	12
3.1. Расписание НОД	12
3.2. Комплексно-тематическое планирование по возрастным группам	14
3.3. Программно-методическое обеспечение	22

1. Целевой раздел рабочей программы.

Пояснительная записка

Основная общеобразовательная программа дошкольного образования муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Большеутурьшская СОШ» структурное подразделение Большеутурьшский детский сад разработана в соответствии с основными нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013г. №26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 24.1.3049—13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Мин. Обр науки России) от 17 октября 2013 г. М 1 155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. М 1014 г. Москва “Об утверждении Порядка
- Организация и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования
- Приказ Минтруда России от 18.10.2013 И 544н «Об утверждении профессиональные стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»

1.1 Цели и задачи реализации рабочей программы.

Целью реализации Программы является: проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение и игру, познавательно—исследовательскую деятельность и другие формы активности.

Цели Программы достигаются через решение следующих задач:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъект отношений с другими детьми, взрослыми и миром;
- формирование общей культуры личности детей, развитие социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным индивидуальным особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

1.2 Планируемые результаты образовательной деятельности.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров. Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых. Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации, однако каждая из примерных программ имеет свои отличительные особенности, свои приоритеты, целевые ориентиры, которые не противоречат ФГОС ДО, но могут углублять и дополнять его требования. Таким образом, целевые ориентиры программы «От рождения до школы» базируются на ФГОС ДО и целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке к программе «От рождения до школы», и в той части, которая совпадает со Стандартами, даются по тексту ФГОС ДО. В программе «От рождения до школы», так же как и в Стандарте, целевые ориентиры даются для детей раннего возраста (на этапе перехода к дошкольному возрасту) и для старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (в соответствии с ФГОС ДО):

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1 Модуль образовательной деятельности «Физическое развитие»

Основные цели и задачи

«Физическое развитие»

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)».

Основная цель: сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Задачи из ФГОС

- Развитие физических качеств.
- Правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук.
- Правильное выполнение основных движений.
- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
- Овладение подвижными играми с правилами.
- Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его нормами и правилами.
- Развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях.
- Приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Физкультурные занятия и упражнения.

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Учить действовать совместно: строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное

положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений.

Спортивные и подвижные игры.

Формировать интерес и любовь к спорту, знакомить с некоторыми видами спорта, формировать потребность в двигательной активности.

Приобщать к доступным спортивным занятиям: учить кататься на санках, на трехколесном велосипеде (самостоятельно садиться, кататься на нем и слезать с него), кататься на лыжах (надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место).

Приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др., вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Физкультурные занятия и упражнения.

Обеспечивать гармоничное физическое развитие. 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 ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно призем- образовательная деятельность с деть ми 4–5 лет 219 ляться 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).

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укреплении различных органов и систем организма.

Спортивные и подвижные игры.

Продолжать формировать интерес и любовь к спорту. Развивать представления о некоторых видах спорта.

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх психофизические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.).

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д.

Старшая группа 5 -6 лет

Физкультурные занятия и упражнения.

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Спортивные и подвижные игры.

Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.

Учить кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Подготовительная к школе группа 6 -7 лет

Физкультурные занятия и упражнения.

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 перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Спортивные и подвижные игры.

Начальные представления о некоторых видах спорта. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Продолжать знакомить с различными видами спорта.

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.

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

3. Организационный раздел рабочей программы

3.1. Расписание непосредственно образовательной деятельности

(для воспитанников 4-5 лет)

День недели	Время	Основные виды деятельности	Формы работы
Понедельник			
Вторник	10:00-10:25	Физическая культура	Подвижная игра, игровые упражнения, общеразвивающие упражнения, импровизация
Среда			
Четверг	10:00-10:25	Физическая культура	Подвижная игра, игровые упражнения, общеразвивающие упражнения, импровизация
Пятница	10:00-10:25	Физическая культура	Подвижная игра, игровые упражнения, общеразвивающие упражнения, импровизация

Расписание непосредственно образовательной деятельности

(для воспитанников 5-7 лет)

День недели	Время	Основные виды деятельности	Формы работы
Понедельник			
Вторник	10:30-11:00	Физическая культура	Подвижная игра, игровые упражнения, общеразвивающие упражнения, импровизация
Среда			
Четверг	10:30-11:00	Физическая культура	Подвижная игра, игровые упражнения, общеразвивающие упражнения, импровизация
Пятница	10:30-11:00	Физическая культура	Подвижная игра, игровые упражнения, общеразвивающие упражнения, импровизация

3.2. Календарно-тематическое планирование

(воспитанников 3-5 лет)

Месяцы, недели	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Сентябрь	«Ходьба и бег колонной по одному» №1 с. 19 «Ходьба между двумя линиями; прыжки на двух ногах» №2 с.20 «Ходьба и бег колонной по одному и врассыпную» №3 с.21	«Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по сигналу» №4 с.21 «Прыжки на двух ногах» №5 с.23 «Ходьба и бег по одному, на носках» №6 с.23	«Ходьба колонной по одному, бег врассыпную» №7 с.24 «Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками» №8 с.26 «Ходьба в обход предметов» №9 с.26	«Остановка по сигналу» №10 с. 26 «Равновесие: ходьба по доске» №11 с.28 «Перебрасывание мяча друг другу» №12 с.29
Октябрь	«Равновесие при ходьбе на повышенной опоре» №13 с.30 «Ходьба по гимнастической скамейке» №14 с.32 «Перебрасывание мяча через сетку» №15 с. 32	«Находить свое место в шеренге после ходьбы и бега» №16 с.33 «Прыжки на двух ногах из обруча в обруч» №17 с.34 «Ходьба с выполнением различных заданий в прыжках» №18 с. 34	«Ходьба в колонне по одному» №19 с.35 «Лазание под дугой, прыжки на двух ногах через линии» №20 с.35 «Ходьба и бег между предметами» №21 с.36	«Ходьба и бег колонной по одному» №22 с.36 «Лазание под шнуром, прокатывание мяча по дорожке» №23 с.37 «Ходьба и бег колонной по одному» №24 с.38
Ноябрь	«Ходьба и бег между предметами, прыжки на двух ногах, ходьба на повышенной опоре» №25 с. 39 «Ходьба на гимнастической скамейке» №26 с.40 «Ходьба и бег с изменением направления»	«Ходьба и бег по кругу, на носках» №28 с.41 «Прыжки на двух ногах между предметами; перебрасывание мяча друг другу» №29 с.42 «Ходьба с	«Ходьба и бег с изменениями направления» №31 с.43 «Броски мяча об пол одной рукой; ползание в шеренгах» №32 с.44 «Ходьба между предметами не задевая их» №33 с.45	«Ходьба и бег с остановкой по сигналу» №34 с. 45 «Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом» №35 с.46 «Ходьба и бег по кругу взявшись за руки» №36

	движения» №27 с.40	выполнением задания» №30 с.43		с.46
Декабрь	«Ходьба и бег в колонне по одному» №1 с.48 «Ходьба по шнуру» №2 с.49 «Ходьба и бег между предметами» №3 с.49	«Перестроение в пары на месте» №4 с.50 «Прыжки со скамейки» №5 с.51 «Ходьба ступающим шагом» №6 с.51	«Ходьба и бег врассыпную» №7 с. 52 «Перебрасывание мяча друг другу» №8 с.54 «Скользкий шаг в ходьбе на лыжах» №9 с.54	«Ходьба в колонне по одному; ходьба и бег врассыпную» №10 с.54 «Ползание и ходьба по гимнастической скамейке» №11 с.56 «Скользкий шаг на лыжах» №12 с.56
Январь	«Ходьба и бег между предметами» №13 с. 57 «Ходьба по канату; прыжки на двух ногах; перебрасывание мяча» №14 с.58 «Ходьба на лыжах скользящим шагом» №15 с.59	«Ходьба со сменой ведущего; перебрасывание мяча друг другу» №16 с.59 «Отбивание мяча одной рукой; прыжки на двух ногах; ходьба на двух ногах между предметами» №17 с.60 «Скользкий шаг» №18 с.60	«Повторение ходьбы и бега между предметами» №19 с.61 «Прокатывание мячей друг другу; прыжки на двух ногах» №20 с.62 «Перепрыгивание через препятствия в метании снежков на дальность» №21 с.62	«Ходьба со сменой ведущего» №22 с.63 «Лазанье под шнур; ходьба по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах между предметами» №23 с.64 «Повторение» №24 с.64
Февраль	«Ходьба и бег между предметами» №25 с.65 «Ходьба с высоким подниманием колен; прыжки через шнур; перебрасывание мячей друг другу» №26 с.66	«Ходьба с выполнением заданий» №28 с.67 «Прыжки на двух ногах через шнур; прокатывание мячей друг другу; ходьба на носках» №29 с.68	«Ходьба и бег врассыпную между предметами» №31 с.69 «Метание мешочков в вертикальную цель; ползание по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах между	«Ходьба с изменением направления» №34 с.70 «Ползание и ходьба по гимнастической скамейке» №35 с.71 «Метание снежков» №36 с.72

	«Повторить метание снежков в цель» №27 с.67	«Повторение игровых упражнений с бегом, прыжками» №30 с.68	предметами» №32 с.70 «Метание снежков на дальность» №33 с.70	
Март	«Ходьба и бег по кругу с изменением направления движения и бег врассыпную» №1 с.72 «Ходьба и бег, прыжки на двух ногах» №2 с.73 «Метание в цель» №3 с.73	«Ходьба с выполнением задания» №4 с.74 «Прыжки в длину, перебрасывание мячей через шнур, прокатывание мяча» №5 с.75 «Ходьба чередуя с прыжками, с изменением направления; бег» №6 с.76	«Ходьба и бег по кругу» №7 с.76 «Прокатывание мячей между предметами, ползание и ходьба по гимнастической скамейке» №8 с.77 «Бег на выносливость» №9 с.77	«Ходьба и бег врассыпную» №10 с.78 «Лазание по гимнастической стенке, ходьба по доске, прыжки на двух ногах» №11 с.79 «Ходьба попеременно широким и коротким шагом» №12 с.79
Апрель	«Ходьба и бег в колонне по одному, Врассыпную» №13 с.80 «Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки на двух ногах; метание мячей» №14 с.81 «Ходьба и бег с поиском своего места в колонне» №15 с.82	«Ходьба и бег по кругу, врассыпную» №16 с.83 «Прыжки в длину, метание мячей, отбивание мяча одной рукой» №17 с.83 «Ходьба и бег по кругу» №18 с.84	«Ходьба с выполнением заданий» №19 с.84 «Метание мячей, ползание по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах» №20 с.85 «Ходьба и бег с остановкой на сигнал воспитателя» №21 с.85	«Ходьба и бег врассыпную» №22 с.86 «Ходьба по гимнастической скамейке, прыжки на двух ногах» №23 с.87 «Ходьба и бег между предметами» №24 с.87
Май	«Ходьба парами» №25 с.88 «Ходьба по гимнастической скамейке боком, прыжки в длину, прокатывание	«Ходьба со сменой ведущего» №28 с.89 «Прыжки через скакалку; перебрасывание мячей» №29	«Ходьба с высоким подниманием колен» №31 с.91 «Метание; ползание по гимнастической скамейке;	«Ходьба и бег с выполнением заданий» №34 с.92 «Лазание на гимнастической стенке, ходьба по доске» №35 с.93

	мяча» №26 с.89 «Ходьба колонной по одному в чередовании с прыжками» №27 с. 89	с.90 «Ходьба по сигналу воспитателя» №30 с.90	прыжки через скакалку» №32 с.92 «Ходьба и бег парами» №33 с.92	«Ходьба и бег с изменением направления»36 с.93
--	---	---	---	---

**Календарно-тематическое планирование
(воспитанников 5-6 лет)**

Месяцы, недели	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Сентябрь	«Ходьба и бег колонной по одному; бег врассыпную» №1 с.15 «Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах; броски мяча» №2 с.17 «Построении в колонны» №3 с.17	«Ходьба и бег между предметами» №4 с.19 «Прыжки в высоту с места; броски мяча вверх; ползание между предметами» №5 с.20 «Ходьба и бег между предметами; Врассыпную» №6 с.20	«Ходьба с высоким подниманием колен» №7 с.21 «Перебрасывание мячей; ползание по гимнастической скамейке; ходьба по канату» №8 с.23 «Бег» №9 с.24	«Ходьба и бег с изменением темпа движения» №10 с.24 «Пролезание в обруч; ходьба; перешагивание через бруски; прыжки на двух ногах» №11 с.26 «Бег на длинную дистанцию» №12 с.26
Октябрь	«Бег; ходьба приставными шагами» №13 с.28 «Ходьба по гимнастической скамейке боком; прыжки на двух ногах; передача мяча» №14 с.29 «Ходьба с высоко подниманием колен» №15 с.29	«Поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы» №16 с.30 «Прыжки со скамейки; перебрасывание мячей; ползания на четвереньках» №17 с.32 «Ходьба и бег» №18 с.32	«Ходьба с изменением темпа движения» №19 с.33 «Метание мяча; ползание на четвереньках между предметами» №20 с.34 «Ходьба и бег» №21 с.35	«Ходьба и бег с перешагиванием через препятствия» №22 с.35 «Ходьба парами» №23 с.37 «Ползание на четвереньках; ходьба по гимнастической скамейке» №24 с.37
Ноябрь	«Ходьба с высоким подниманием колен» №25 с.39 «Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки; перебрасывание	«Ходьба с изменением направления движения» №28 с.42 «Прыжки на правой и левой ноге; ползание на четвереньках;	«Ходьба и бег с изменениями направления» №31 с.44 «Ведение мяча в ходьбе; ползание по гимнастической скамейке» №32 с.45	«Ходьба с выполнением действий по сигналу» №34 с.46 «Подлезание под шнуром; прыжки на правой и левой ноге; ходьба

	мяча» №26 с.41 «Бег» №27 с. 41	ведения мяча в ходьбе» №29 с.43 «Бег с перешагиванием через предметы» №30 с.43	«Бег» №33 с.45	между предметами» №35 с.47 «Бег с преодолением препятствии» №36 с.47
Декабрь	«Бег» №1 с.48 «Ходьба по доске; прыжки на двух ногах; переброска мячей» №2 с.49 «Бег и прыжки» №3 с.50	«Ходьба и бег по кругу» №4 с.51 «Прыжки попеременно на правой и левой ноге; прокатывание мяча» №5 с.52 «Ходьба и бег между снежными постройками» №6 с.5	«Ходьба и бег врассыпную» №7 с.53 «Перебрасывание мяча друг другу; ходьба по гимнастической скамейке» №8 с.54 «Ходьба на лыжах» №9 с.54	«Ходьба и бег по кругу» №10 с.55 «Лазания по гимнастической стенке; ходьба по гимнастической скамейке» №11 с.57 «Скользкий шаг на лыжах» №12 с.57
Январь	«Ходьба и бег между предметами» №13 с.59 «Ходьба по доске, прыжки на двух ногах; перебрасывание мячей» №14 с.60 «Ходьба по лыжне» №15 с.61	«Ходьба и бег по кругу» №16 с.61 «Прыжки в длину с места; переползание через предмет» №17 с.63 «Скользкий шаг» №18 с.63	«Ходьба и бег между предметами» №19 с.63 «Перебрасывание мячей; пролезание в обруч» №20 с.64 «Скользкий шаг» № 21 с.65	«Ходьба и бег по кругу» №22 с.65 «Лизание на гимнастической стене; ходьба по гимнастической скамейке; прыжки через шнур» №23 с.66 «Повороты на лыжах» №24 с.66
Февраль	«Ходьба и бег врассыпную» №25 с.68 «Бег по гимнастической скамейке; прыжки через бруски; забрасывание мяча в корзину»	«Ходьба и бег по кругу, врассыпную» №28 с.70 «Прыжки в длину с места; ползание на четвереньках; перебрасывание малого мяча»	«Ходьба и бег между предметами» №31 с.71 «Метание мешочков; ползание по гимнастической скамейке; ходьба на носках между	«Непрерывный бег; лазанье на гимнастической стенке» №34 с.73 «Повтор игровых упражнений на санках» №35 с.74

	№26 с.69 «Ходьба по лыжне скользящим шагом» №27 с.69	№29 с.71 «Ходьба на лыжах; метание снежков на дальность» №30 с.71	кеглями» №32 с.72 «Повтор игровых упражнений» №33 с.73	«Построение в шеренгу» №36 с.75
Март	«Ходьба колонной по одному» №1 с.76 «Ходьба по канату боком; прыжки на двух ногах» №2 с.77 «Метание в цель» №3 с.78	«Ходьба и бег по кругу» №4 с.79 «Прыжки в высоту; метание мячей» №5 с.80 «Ходьба чередуя с бегом» №6 с.80	«Ходьба со сменой темпа» №7 с. 81 «Прокатывание мячей между предметами; ползание и ходьба по гимнастической скамейке» №8 с.82 «Бег и ходьба чередованием» №9 с.83	«Ходьба с перестроением в колонну» №10 с.83 «Лазание по гимнастической стенке; ходьба по доске; прыжки на двух ногах» №11 с.84 «Бег на скорость» №12 с.85
Апрель	«Ходьба и бег по кругу» №13 с.86 «Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки на двух ногах; метание мячей» №14 с.87 «Ходьба и бег чередование» №15 с.87	«Ходьба и бег между предметами» №16 с.88 «Прыжки через скакалку; прокатывание и пролезание обручей» №17 с.89 «Ходьба и бег в колонну по одному» №18 с.89	«Бег на скорость» №19 с.89 «Метание мячей; ползание и ходьба по гимнастической скамейке» №20 с.91 «Ходьба и бег между предметами» №21 с.91	«Лазание на гимнастическую стенку; перепрыгивание; ходьба на носках» №22 с.91 «Бег на скорость» №23 с.93 «Ходьба и бег между предметами» №24 с.93
Май	«Ходьба и бег с поворотами» №25 с.94 «Ходьба по гимнастической скамейке; прыжки в длину» №26 с.95 «Бег с высоко подниманием бедра» №27	«Ходьба и бег в колонне по одному» №28 с.96 «Прыжки в длину; забрасывание мячей» №29 с.97 «Непрерывный бег» №30 с.97	«Ходьба и бег между предметами» №31 с.98 «Метание; ползание по гимнастической скамейке; прыжки через скакалку» №32 с.99 «Бег на	«Ходьба и бег с изменением темпа» №34 с.100 «Лазание на гимнастической стенке; ходьба по доске; прыжки на правой и левой ноге» №35 с.101 «Ходьба и бег с

	с.96		скорость» № 33 с.99	изменением темпа движения» №36 с.101
--	------	--	------------------------	---

3.3. Программно-методическое обеспечение

Образовательная область	Учебно – методические пособия
Физическое развитие	1. Вераксы Н.Е. «От рождения до школы», инновационная программа дошкольного образования МОЗАИКА-СИНТЕЗ МОСКВА, 2019 2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная Гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий детьми 3-7 лет. М.:МОЗАЙКА—СИНТЕЗ,2016г. 3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: средняя группа. М.:МОЗАЙКА- СИНТЕЗ,2015г. 4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: старшая группа. М.:МОЗАЙКА-СИНТЕЗ,2015г.

