

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Ласточка»
МО «Славский муниципальный округ Калининградской области»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ООП ДО
по образовательной области «Физическое развитие»
(физическое развитие)
2 год обучения (дети 3-4 лет)

Разработчик:
Н.В.Банене
инструктор по физической культуре
МБДОУ детский сад «Ласточка»

г.Славск
2024 г.

1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» (Физическая культура) для детей 2 года обучения (группы общеразвивающей направленности от 3 до 4 лет).

Программа разработана на основе основной общеобразовательной программы МБДОУ детский сад «Ласточка», в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО.

Основная форма реализации данной программы – физкультурное занятие - 3 раза в неделю по 15 минут, в совместной деятельности.

Цель: воспитание детей здоровыми, крепкими, закаленными.

Задачи:

-обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально- ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре.

-развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал:

-формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность:

-укреплять здоровье детей средствами физического воспитания создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности:

-закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

2. Планируемые результаты освоения программы

В результате овладения программы достижения ребенка 3-4 лет выражаются в следующем:

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

-У ребенка демонстрируются элементарные культурно- гигиенические навыки.

- ребенок строится в круг, в колонны, парами.

-начинает и заканчивает упражнения по сигналу:

-сохраняет правильное положение тела, соблюдая заданное направление:

-ходит не опуская головы, не шаркая ногами.

-одновременно отталкивается двумя ногами и мягко приземляется в прыжках в длину с места.

-ловит мяч кистями рук, не прижимая его к груди:

- подлезает под дугу (40см), не касаясь руками пола:
- лазает по гимнастической стенке приставным шагом.

3. Содержание программы

Тематический планирование

неделя	дата	задачи	источник	кол-во занятий
сентябрь				
1 неделя		Определить степень овладения детьми основными движениями и уровень развития силы мышц плечевого пояса и силы мышц ног	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 21	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Подвижная игра «Догони мяч» 3. Подвижная игра «Солнышко и дождик» 4. Игровое упражнение «Через ручеек»		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ползание на четвереньках по прямой; прыжки на двух ногах с работой рук; ходьба по извилистым дорожкам с сохранением равновесия (акцент на правильную осанку). Развивать умение выполнять задание по сигналу взрослого (например, чередовать бег и приседания). Способствовать возникновению желания активно участвовать в подвижных играх.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.21	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Игровое упражнение «По тропинке» 2. Игровое упражнение «Целься вернее» 3. Игровое упражнение «Подпрыгни до ладони» 4. Подвижная игра «Птички в гнездышках сидят»		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба и бег в колонне, с выполнением заданий; катание мяча руками друг другу (энергичный толчок мяча); ползание на четвереньках по прямой; ходьба по извилистым дорожкам с сохранением равновесия.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.25	2

		Воспитывать у детей умение внимательно слушать задание и желание его выполнять.		
		Оздоровительно-игровой час: 1. Игровое упражнение «прокати обруч» 2. Подвижная игра «Такси» 3. Игровое упражнение «Принеси игрушку» 4. Игровое упражнение «Будь осторожен»		1
4 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: Прыжки в обруч, лежащий на полу; ползание на четвереньках по извилистой дорожке; катание мяча двумя руками друг другу. Воспитывать умение выполнять задания вместе, сообща.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.25	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Перешагни через палку» 3. Игровое упражнение Прыгни через шнур» 4. Подвижная игра «самолеты»		1
	октябрь			
1 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба с перешагиванием предметов, не задевая их и сохраняя равновесие; бег, взявшись за руки, по кругу; прыжки в обруч, лежащий на полу; прокатывание мяча друг другу двумя руками. Воспитывать желание активно участвовать в подвижных играх.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.28	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба с перешагиванием 2. Игровое упражнение «Обезьянки» 3. Игровое упражнение «С кочки на кочку» 4. Подвижная игра «Лошадки»		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ползание на четвереньках за катящимся мячом; ходьба с перешагиванием предметов разной высоты, сохраняя равновесие; прыжки в обруч, лежащий на полу. Развивать умение выполнять правила в подвижных играх.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.29	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Игровое упражнение «Кто тише?»		1

		<p>2. Игровое упражнение «По коридорчику»</p> <p>3. Игровое упражнение «Проползи через обруч»</p> <p>4. Подвижная игра «Мыши и кот»</p>		
3 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: прокатывание мяча между предметами; ходьба с перешагиванием предметов разной высоты, сохраняя равновесие; ползание за катящимся мячом с ускорением; прыжки (слегка сгибая ноги в коленях) в соответствии с определенным ритмом (например стихотворения). Воспитывать умение внимательно слушать задание взрослого</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова</p> <p>Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.31</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <p>1. Ходьба и бег в заданном направлении</p> <p>2. Подвижная игра «Наседка и цыплята»</p> <p>3. Игровое упражнение «Найди свой домик»</p> <p>4. Подвижная игра «Поезд»</p>		
4 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба и бег в колонне по одному, по кругу; прыжки на двух ногах с продвижением вперед; прокатывание мяча между предметами; ползание за катящимся мячом с ускорением темпа. Воспитывать умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова</p> <p>Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.31</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <p>1. Игровое упражнение «Принеси флажок»</p> <p>2. Игровое упражнение «Поймай мяч»</p> <p>3. Игровое упражнение «Дотронься до мяча»</p> <p>4. Подвижная игра «Птички летают»</p>		1
ноябрь				
1 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба по наклонной доске и спуск с нее, сохраняя равновесие; прокатывание мяча между предметами; прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Развивать умение выполнять движения в соответствии с текстом, произносимым совместно со взрослым. Поддерживать дружеские отношения между детьми</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова</p> <p>Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.35</p>	2

		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Игровое упражнение «Принеси флажок» 2. Игровое упражнение «Пройди и не сбей» 3. Игровое упражнение «Кто дальше бросит мешочек» 4. Подвижная игра «Лохматый пес» 		1
2 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: ползание по скамейке на четвереньках; прыжки на двух ногах на месте в паре; ходьба по наклонной доске и спуск с нее, сохраняя равновесие. Развивать выдержку, внимание; умение согласовывать действия с текстом игры. Вызывать чувство радости от общения со взрослыми, от выполняемых действий</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.35</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Скати с горочки» 3. Игровое упражнение «По трудной дорожке» 4. Подвижная игра «Конники» 		1
3 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю; ходьба по наклонной доске и спуск с нее, сохраняя равновесие; ползание на четвереньках по скамейке. Развивать умение действовать по сигналу. Вызывать удовольствие от общения со взрослыми и сверстниками</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.38</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Попади в круг» 3. Игровое упражнение «Через ручеек» 4. Подвижная игра «Трамвай» 		1
4 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба приставным шагом влево, вправо; прыжки вверх на месте с целью достать предмет (с энергичным отталкиванием двумя ногами то пола); ползание на четвереньках по скамейке; прокатывание мяча под дугу с целью сбить кеглю. Побуждать детей к самостоятельным действиям, вызывать удовольствие от действий с предметами</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.39</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p>		1

		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Подбрось повыше» 3. Игровое упражнение «Через ручеек» 4. Подвижная игра «Воробушки и кот» 		
декабрь				
1 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба и бег друг за другом; ходьба по гимнастической скамейке (руки на пояс) с сохранением равновесия; прокатывание мяча; прыжки в вверх с места с целью достать предмет. Вызывать чувство радости от участия в игре, от самой игры	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.42	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Игровое упражнение «По снежному мостику» 2. Игровое упражнение «С кочки на кочку» 3. Подвижная игра «По ровненькой дорожке» 4. Подвижная игра «Поезд» 		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: подлезание под дугу, не касаясь руками пола; прыжки в вверх с места с целью достать предмет; ходьба по гимнастической скамейке с сохранением равновесия. Развивать умение ходить по кругу, держа интервал. Воспитывать желание заниматься физкультурой	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.43	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по дорожке со сменой направления 2. Игровое упражнение «Разбегись и прокатись» 3. Подвижная игра «Найди свой домик» 4. Подвижная игра «Снежинки и ветер» 		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: бросание мяча об пол двумя руками и ловля его (стоя на месте); т; ходьба по гимнастической скамейке с предметом в руках с сохранением равновесия; подлезание под дугу, не касаясь руками пола. Развивать координацию движений, выдержку. Воспитывать доброту и взаимовыручку.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.46	2
		Оздоровительно-игровой час:		1

		<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по ледяной дорожке 2. Игровое упражнение «Санний круг» 3. Игровое упражнение «Стенка-мишень» 4. Подвижная игра «Зима пришла» 		
4 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: спрыгивание с высоты с приземлением на полусогнутые ноги; подлезание под несколько подряд расположенных дуг; бросание мяча об пол двумя руками и ловля его (стоя на месте). Развивать быстроту реакции. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.47	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подвижная игра «Берегись, заморожу!» 2. Игровое упражнение «Белые медведи» 3. Игровое упражнение «Снайперы» 4. Подвижная игра «Лиса в курятнике» 		1
январь				
1 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: бросание мяча об пол двумя руками и ловля его (стоя на месте); т; ходьба по гимнастической скамейке с предметом в руках с сохранением равновесия; подлезание под дугу, не касаясь руками пола. Развивать координацию движений, выдержку. Воспитывать доброту и взаимовыручку.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.46	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба змейкой друг за другом 2. Игровое упражнение «Санная путаница» 3. Игровое упражнение «Попрыгунчик около санок» 4. Подвижная игра «Зайка беленький сидит» 		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: спрыгивание с высоты с приземлением на полусогнутые ноги; подлезание под несколько подряд расположенных дуг; бросание мяча об пол двумя руками и ловля его (стоя на месте). Развивать быстроту реакции. Воспитывать у детей интерес к выполнению заданий	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.47	2

		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по дорожке с перешагиванием через снежные кучки 2. Игровое упражнение «Парное катание» 3. Игровое упражнение «Кто дальше?» 4. Подвижная игра «Снежиночки-пушиночки» 		1
3 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: ловля мяча, брошенного взрослым; ходьба по гимнастической скамейке с мячом над головой с сохранением равновесия; подлезание под дугами и под скамейкой произвольным способом. Развивать умение ходить и бегать в колонне; ловкость, быстроту реакции. Воспитывать активность, инициативу, умение выполнять действия сообща</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.49</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Снежный ком» 3. Игровое упражнение «Олени упряжки» 4. Подвижная игра «Зайцы и волк» 		1
4 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба приставным шагом вперед и назад с приседом; прыжки с места в длину на расстояние 40 см; подлезание в обруч, расположенный вертикально у полу. Вызывать чувство радости от выполняемых двигательных действий</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.50</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Снайперы» 3. Игровое упражнение «Веселые тройки» 4. Подвижная игра «Белые медведи» 		1
февраль				

1 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках с сохранением равновесия; ловля мяча, брошенного взрослым; прыжки в длину с места. Развивать умение по сигналу выпрыгивать из обруча на двух ногах. Воспитывать у детей умение внимательно слушать задание и правильно его выполнять	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.52	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег в колонне по одному между предметами 2. Подвижная игра «Лиса в курятнике» 3. Подвижная игра «Воробушки и автомобиль» 4. Игровое упражнение с ходьбой и бегом		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: перелезание через бревно боком; прыжки в длину с места (с энергичным отталкиванием ногами); ходьба по гимнастической скамейке на высоких четвереньках с сохранением равновесия. Воспитывать умение действовать в коллективе сверстников	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.53	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Игровое упражнение «Принеси флажок» 2. Подвижная игра «Скворцы» 3. Игровое упражнение «На празднике» 4. Игровое упражнение «Брось через веревку»		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: бросание мяча вперед двумя руками из-за головы; ходьба по гимнастической скамейке на средних, высоких четвереньках с сохранением равновесия; перелезание через бревно. Развивать навык энергичного отталкивания мяча руками. Воспитывать желание заниматься физическими упражнениями	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.57	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег в колонне по одному 2. Игровое упражнение «С кочки на кочку» 3. Подвижная игра «Кошка и мышки» 4. Игровое упражнение «По		1

		коридорчику»		
4 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: перелезание через бревно боком; бросание мяча вперед двумя руками разными способами из-за головы, от груди); развивать умение правильно обхватывать мяч при бросании. Воспитывать желание проявлять инициативу в играх	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.58	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег со сменой направляющего 2. Игровое упражнение «Пройди и не сбей» 3. Подвижная игра «Лохматый пес» 4. Игровое упражнение «По трудной дорожке»		1
март				
1 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба по предметам, расположенным на расстоянии 15 см от друга, с сохранением равновесия; бег прямым галопом; бросание мяча вперед двумя руками разными способами (из-за головы, от груди). Развивать умение опускать ногу на всю ступню при ходьбе по кирпичикам; бегать по диагонали с ускорением. Воспитывать уважительное отношение друг к другу	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.60	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Подвижная игра «Поезд» 3. Подвижная игра «Лохматый пес» 4. Игровое упражнение «Скати с горочки»		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: лазание по лесенке-стремянке и спуск с нее; бег прямым галопом (с лощадкой на палочке); ходьба по предметам, расположенным на расстоянии 15 см от друга, с сохранением равновесия. Развивать умение делать правильный поворот на лесенке-стремянке. Воспитывать умение оказывать друг другу помощь	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.61	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег между обручами, положенными в разных местах 2. Подвижная игра «Такси» 3. Игровое упражнение «Принеси флажок»		1

		4. Игровое упражнение «Проползи через обруч»		
3 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: бросание большого мяча через веревку способом двумя руками из-за головы; лазание по лесенке-стремянке и гимнастической стенке; ходьба по предметам, расположенным на расстоянии 15 см от друга, с сохранением равновесия. Развивать у детей правильную осанку, укреплять мышечный корсет. Воспитывать активное желание участвовать в играх-эстафетах	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр.64	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег в заданном направлении 2. Игровое упражнение «Через ручеек» 3. Подвижная игра «Из кружка в кружок» 4. Игровое упражнение «С кочки на кочку»		1
4 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: прыжки через предметы высотой 5-10см; лазание по лесенке-стремянке и гимнастической стенке; бросание большого мяча через веревку способом двумя руками из-за головы; развивать умение согласовывать шаги галопа с ритмом песенки; умение делать ровный круг. Воспитывать умение оказывать помощь друг другу	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 65	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба по дорожке на носочках; бег 2. Игровое упражнение «Дотронься до мяча» 3. Подвижная игра «Зайцы и волк» 4. Игровое упражнение «Поймай комара»		1
апрель				
1 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба по гимнастической скамейке с выполнением заданий и с сохранением равновесия; бросание большого мяча через сетку двумя руками из-за головы в команде; прыжки через предметы. Воспитывать умение радоваться своим и чужим победам.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр.68	2

		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег в колонне по одному, ритмично гремя погремушками 2. Игровое упражнение «Повернись вокруг себя» 3. Подвижная игра «Наседка и цыплята» 4. Игровое упражнение «Брось через веревку» 		1
2 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: ползание по наклонной доске; закрепленной на второй перекладине лесенки-стремянки; прыжки через предметы; развивать быстроту реакции у детей. Воспитывать желание помогать убирать физкультурные пособия после выполнения упражнений</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 69</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Подвижная игра «Кролики и сторож» 3. Игровое упражнение «Допрыгни до линии» 4. Игровое упражнение «Брось дальше» 		1
3 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: бросание мяча вверх и ловля его двумя руками; ходьба по гимнастической скамейке; ползание по наклонной доске. Развивать умение согласовывать свои действия с действиями других. Воспитывать умение внимательно слушать задание и выполнять его</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 72</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «По трудной дорожке» 3. Подвижная игра «Догони меня» 4. Подвижная игра «Где звенит колокольчик» 		1
4 неделя		<p>Способствовать освоению детьми основных движений: перепрыгивание с ноги на ногу; ползание по наклонной доске; бросание мяча вверх и ловля его. Развивать быстроту реакции, внимание. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения в группе сверстников</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 73</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег в колонне по одному, ритмично гремя погремушками 2. Подвижная игра «Лягушки» 		1

		3. Игровое упражнение «Влезь на горочку» 4. Игровое упражнение «Поймай комара»		
	май			
1 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на кубы; бросание мяча вверх прыжки с ноги на многу. Развивать скоростно-силовые качества. Воспитывать желание самостоятельно выполнять построения и перестроения	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 76	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег в колонне по одному и в рассыпную 2. Подвижная игра «Найди свой цвет» 3. Подвижная игра «Самолеты» 4. Игровое упражнение «Сбей кеглю»		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: влезание на гимнастическую стенку; прыжки с ноги на ногу; ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на кубы. Развивать умение начинать и заканчивать упражнения со всеми детьми. Воспитывать желание участвовать в играх-эстафетах, радоваться своим и чужим победам	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 77	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег змейкой с инструктором по физической культуре 2. Подвижная игра «Зайцы и волк» 3. Игровое упражнение «Поймай комара» 4. Игровое упражнение «Мы топаем ногами»		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми основных движений: метание в даль правой и левой рукой; сохранение равновесия при перешагивании через рейки лестницы, положенной на кубы; влезание на гимнастическую стенку. Развивать меткость, равновесие. Воспитывать умение слушать задание и правильно его выполнять	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 80	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег в заданном направлении		1

		2. Подвижная игра «Найди свой домик» 3. Игровое упражнение «Допрыгай до флажка» 4. Игровое упражнение «Через веревочку»		
4 неделя		Определить степень овладения детьми основными движениями, темп прироста отдельных физических качеств (силы мышц плечевого пояса и силы мышц ног)	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста Стр. 81	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Подвижная игра «Жмурки» 2. Игровое упражнение «Спрыгни в кружок» 3. Игровое упражнение «По дорожке на одной ножке» 4. Подвижная игра «Ударь по мячу»		1

Итого: 108 занятий

4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

4.1. Материально-техническое обеспечение Программы Специализированные учебные помещения и участки

№	Наименование и принадлежность помещения
1.	Физкультурный зал
2.	Спортивная площадка
3.	Спортивные уголки на группах

4.2. Методическое обеспечение

Автор	Название	Издание
М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова	Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста	СПб детство-пресс – 2014 г.
Е.И. Подольская	Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия.	Волгоград: Учитель, 2012 г.
М. Борисова	Организация фитнесом в системе дошкольного образования.	Москва.Обруч,2014г
М. Борисова	Тематическое подвижные игры для дошкольников.	Москва. Обруч,2015г
И.М. Сучкова	Физическое развитие. Планирование 2-4	Волгоград. Учитель 2016

Е.А. Мартынова	года	Волгоград. Учитель 2017
М.С. Анисимова	Физическое развитие. Планирование 4-7 лет	Санкт-Петербург. Детство-Пресс, 2014
М.С. Анисимова	Двигательная деятельность детей младшего и среднего возраста Двигательная деятельность детей 5-7 лет	Санкт-Петербург. Детство-Пресс, 2014

Спортивное оборудование физкультурного зала

наименование	наименование
скамейка гимнастическая	канаты
кольцеброс	мешочки с песком 200 гр.
обручи большие	ленты цветные
обручи малые	кегли
скакалки	мат малый
мячи большие	мягкие модули
мячи малые	Тренажер беговой детский
набивные мячи	Тренажер велосипед детский
гимнастические палки	Тренажер беговой детский
дуги для подлезания	Тренажер батут детский, диаметр 1м
баскетбольное кольцо	

4.3. Средства обучения и воспитания

№	наименование
1	картотека к основным видам движений
2	картотека подвижных игр
3	картотека утренней гимнастики
4	атрибуты к подвижным играм