

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)
3 год обучения (дети 4-5 лет)

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

г.Славск
2024г.

1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие» для детей 3 года обучения (группы общеразвивающей направленности от 4 до 5 лет).

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

Содержание программы направлено на развитие двигательной сферы ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия.

Методы:

- показ в сочетании с объяснением, частичный показ движений, показ некоторых упражнений ребенком, указания, анализ, оценка движений ребенка, оценка движений товарища и элементарная самооценка;
- рассматривание физкультурных пособий;
- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных физических упражнениях, видах спорта, спортсменах разного возраста;
- дидактические игры, моделирующие структуру основного движения.

Основная форма реализации данной программы – ООД - 3 раза в неделю по 20 минут, совместная деятельность.

Цель: воспитание детей здоровыми, крепкими, закаленными.

Задачи:

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

-формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

2. Планируемые результаты освоения программы

В результате овладения программы достижения ребенка 4-5 лет выражаются в следующем:

- ребенок самостоятельно перестраивается в звенья с опорой на ориентиры.
- четко выполняет повороты в стороны.
- выполняет упражнения в заданном темпе, четко соблюдает заданное направление, выполняет упражнения с напряжением.
- сохраняет осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный).
- сохраняет равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны.
- ловит мяч с расстояния 1.5м, отбивает его об пол не менее 5раз в подряд.
- принимает исходное положение при метании.
- ползает разными способами; поднимается по гимнастической стенке чередующим шагом не пропуская реек.
- у ребенка проявляется интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности.
- ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения,
- ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать своё самочувствие.

3. Содержание программы

Тематическое планирование (физическое развитие)

неделя	дата	задачи	источник	кол-во занятий
сентябрь				
1 неделя		Определить степень овладения детьми основными движениями и уровень развития физических качеств (силы мышц плечевого пояса и ног, гибкости, равновесия)	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 112	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба по площадке в свободном направлении, построение в колонну по		1

		<p>одному по сигналу инструктора по физической культуре.</p> <ol style="list-style-type: none"> Пробежки Подвижная игра «Птички и кошка» Игровое упражнение «Петушок» 		
2 неделя		<p>Определить степень овладения детьми основными движениями и уровень развития физических качеств (силы мышц плечевого пояса и ног, гибкости, равновесия)</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 113</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> Игровое упражнение «Мы гуляем» Подвижная игра «Пилоты» Подвижная игра «Зайка беленький сидит» Игровое упражнение «Попади в обруч» 		1
3 неделя		<p>Способствовать освоению детьми умений: сидеть на мяче-хоппе (сохраняя равновесие); бросать мяч одной рукой об пол и ловить его двумя руками; метать мяч вдаль левой и правой руками (при правильном замахе); бросать мяч вверх и ловить его двумя руками. Воспитывать желание начинать и заканчивать упражнения одновременно с остальными детьми.</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 115</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> Игровое упражнение «В лесу» Народная игра «Гуси-лебеди» Подвижная игра «Подбрось-поймай» Подвижная игра «С кочки на кочку» 		1
4 неделя		<p>Способствовать освоению детьми умений: отбивать мяч двумя руками; передвигаться прыжками, сидя на мяче-хоппе; бросать мяч в корзину; катать мяч партнеру двумя руками. Способствовать возникновению желания у детей использовать полученные двигательные умения в самостоятельной двигательной деятельности.</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 116</p>	2

		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по дорожке с перешагиванием через предметы 2. Игра малой подвижности «Где мы были, мы не скажем, а что делали-покажем» 3. Игры-забавы «В лесу: пробежки» («Кто добежит быстрее?»)» 4. Подвижная игра «Кегли» 		1
октябрь				
1 неделя		<p>Способствовать освоению детьми умений: прыгать в длину через 4-6 последовательно расположенных линий (при энергичном толчке и махе руками вперед, вверх); ходить по скамейке, ставя ногу с носка (руки в стороны, голову не опускать); подлезать под веревку, поднятую на высоту 60 см. воспитывать желание самостоятельно выполнять упражнения</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 119</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба, пролезание, бег 2. Подвижная игра «Дорожки» 3. Игровое упражнение «Кати мяч» 4. Подвижная игра «Самолеты» 		1
2 неделя		<p>Способствовать освоению детьми умений: бегать с ускорением, сочетать бег с подскоками; ходить по скамейке, перешагивая через предметы попеременным способом; прыгать на двух ногах из обруча в обруч без остановки; лазать по гимнастической стене вверх и вниз. Воспитывать желание соблюдать правила в подвижных играх</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 120</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Подвижная игра «Змейка» 3. Игровое упражнение «Ходьба на четвереньках» 4. Подвижная игра «Трамвай» 		1

3 неделя		Способствовать освоению детьми умений: катать обруч друг другу; метать мяч в вертикальную цель; бросать мяч об пол и ловить его; развивать координацию в процессе действий с мячом и обручем. Побуждать детей к самостоятельному проведению упражнений по своей инициативе	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 123	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Подвижная игра «Ловишка в кругу» 3. Игровое упражнение «Покачай туловище» 4. Подвижная игра «Перелет птиц»		1
4 неделя		Способствовать освоению детьми умений: бросать мяч двумя руками с стену разными способами (от груди, снизу) ловля его; правильно сидеть на мяче-хоппе и передвигаться по ориентирам; бросать мяч через сетку любым способом. Воспитывать желание активно участвовать в играх.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 124	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба, прыжки 2. Подвижная игра «У медведя во бору» 3. Игровое упражнение «Скачи как зайчик» 4. Подвижная игра «Поймай комара»		1
ноябрь				
1 неделя		Способствовать освоению детьми умений: прыгать с высоты 20-30 см; проползать на животе под скамейкой; перешагивание через кубы, через рейки лестницы. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Побуждать детей к самостоятельному проведению игр и упражнений	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 128	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Ползание по бревну 3. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом 4. Подвижная игра « Цветные автомобили»		1

2 неделя		Способствовать освоению детьми умений: лазать по наклонной лестнице, держась руками за перекладины; прыгать через 2-3 последовательно расположенных предмета; ходить вверх и вниз по наклонной доске. Развивать умение видеть и замечать ошибки сверстников и исправлять их. Воспитывать желание и умение соблюдать правила игры	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 129	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба; бег змейкой между предметами 2. Игровое упражнение «На одной ножке по дорожке» 3. Лазанье по гимнастической стенке 4. Подвижная игра «Птички и кошка»		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми умений: метать мяч в вертикальную и горизонтальную цели; прыгать на мяче- хоппе; бросать мяч о стену и ловить его. Развивать умение уверенного и активного выполнения основных элементов упражнений. Воспитывать активное желание участвовать в подвижных играх	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 131	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Перепрыгни через ручеек» 3. Катание мяча между предметами, расположенными на расстоянии 40 см 4. Подвижная игра « Найди себе пару»		1
4 неделя		Способствовать освоению детьми умений: бросать мяч в парах разными способами (от груди, снизу); катать мяч друг другу из разных исходных положений (сидя, лежа на животе и др.). развивать умение ориентироваться в пространстве. Воспитывать умение реагировать на сигнал и действовать в соответствии с ним	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 132	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег змейкой с чередованием темпа движения		1

		<ul style="list-style-type: none"> 2. Катание мяча между предметами 3. Ходьба по бревну 4. Подвижная игра « Не задень» 		
	декабрь			
1 неделя		Способствовать освоению детьми умений: ходить по горизонтальному бревну высотой 25-30 см; ползание на четвереньках в сочетании с подлезанием под скамейку. Развивать умение быстро реагировать на смену заданий. Воспитывать желание оценить двигательные действия других детей.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 137	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Ходьба по снежному валу 3. Метание снежков в вертикальную цель 4. Подвижная игра « У медведя во бору» 		1
2 неделя		Способствовать овладению детьми умениями: прыгать с короткой скакалкой; ходить по веревке приставным шагом; лазать по гимнастической стене (с выполнением ритмичного подъема и спуска). Воспитывать желание доводить начатое дело до конца	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 138	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег с изменением направления 2. Скольжение по ледяной дорожке 3. Прыжки со снежного вала 4. Подвижная игра «Лисица в курятнике» 		1
3 неделя		Способствовать овладению детьми умениями: бросать мяч двумя руками вверх, об пол и ловить его; метать вдаль из разных исходных положений. Воспитывать желание достигать определенных результатов	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 141	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игра «Кто дальше проскользит» 3. Метание снежков в вертикальную цель правой и левой рукой 		1

		4. Подвижная игра «Снежиночки-пушиночки»		
4 неделя		Способствовать овладению детьми умениями: отбивать мяч на месте правой и левой рукой поочередно; отбивать мяч двумя руками в движении; бросать мяч: об пол в движении; в корзину двумя руками от груди. Воспитывать желание участвовать в подвижных играх	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 142	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Подвижная игра «Пингвины» 3. Игровое упражнении «Снеговик» 4. Подвижная игра «Пастух и стадо»		1
январь				
1 неделя		Способствовать освоению детьми умений: ходить по горизонтальному бревну высотой 25-30 см; ползание на четвереньках в сочетании с подлазанием под скамейку. Развивать умение быстро реагировать на смену заданий. Воспитывать желание оценить двигательные действия других детей.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 137	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Снежная баба» 3. Игровое упражнение «Веселые снежинки» 4. Подвижная игра «Зайка беленький сидит»		1
2 неделя		Способствовать овладению детьми умениями: бросать мяч двумя руками вверх, об пол и ловить его; метать вдаль из разных исходных положений. Воспитывать желание достигать определенных результатов	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 141	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Кто дальше бросит?» 3. Игровое упражнение «Кто быстрее до снеговика»		1

		4. Подвижная игра «Снежки»		
3 неделя		Способствовать освоению детьми умений: катать обруч друг другу; метать мяч в вертикальную цель; бросать мяч об пол в движении ловить его. Формировать умение самостоятельно проводить физические упражнения	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 145	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Кто дальше?» 3. Игровое упражнение «Перепрыгни и не задень» 4. Подвижная игра Зайцы и волк»		1
4 неделя		Способствовать освоению детьми умений: бросать мяч через сетку вдаль двумя руками разными способами (из-за головы, от груди); прыгать на мяче-хопке по ориентирам. Воспитывать умение соблюдать правила в подвижных играх	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 146	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Прыжки на двух и одной ноге к дереву и обратно шагом 3. Игровое упражнение «Снайперы» 4. Подвижная игра «Гонки снежных комов»		1
февраль				
1 неделя		Способствовать освоению детьми умений: ходить по шнуру с мешочком на голове; прыгать в длину с места; проползать на животе под скамейкой. Воспитывать желание активно участвовать в играх	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 149	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег змейкой между санками 2. Игровое упражнение «Прыжки к елке» 3. Игровое упражнение «Метелица» 4. Подвижная игра « Утята»		1

2 неделя		Способствовать освоению детьми умений: прыгать в длину через 4-6 последовательно расположенных линий; ползать по скамейке на четвереньках. Воспитывать инициативу при выполнении заданий	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 150	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Покружись» 3. Игровое упражнение «Точно в цель» 4. Подвижная игра « Гонки снежных комов»		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми умений: прыгать на мяче- хоппе «змежкой» между предметами; метать в горизонтальную (расстояние 2-2,5м) и вертикальную (расстояние 1,5-2м) цели; бросать мяч о стену двумя руками и ловить его; развивать глазомер, гибкость, ловкость. Воспитывать желание активно участвовать в подвижных играх.	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 154	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «По снежному мостику» 3. Игровое упражнение «Ловкие белочки» 4. Подвижная игра «Воробушки»		1
4 неделя		Способствовать освоению детьми умений: бросать мяч в парах способами от груди, снизу; катать мяч друг другу из разных исходных положений (сидя, ноги врозь; лежа на животе; через ворота с кеглей); делать повороты на месте; перестраиваться в колонну по четыре. Воспитывать умение помогать убирать оборудование по просьбе взрослого	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 155	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Игровое упражнение «Легкие снежинки» 2. Игровое упражнение «Зайчата» 3. Игровое упражнение «Мышки-норушки» 4. Подвижная игра «Ловишки-перебежки»		1
март				

1 неделя		Способствовать освоению детьми умений: прыгать на двух ногах с продвижением вперед; сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов; лазать по лесенке-стремянке. Воспитывать у детей желание помогать друг другу	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 158	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Не наступи» 3. Прыжки с разбега через натянутую резинку высотой 15см 4. Подвижная игра «Перелет птиц»		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми умений: бегать с ускорением по диагонали, боковым галопом, с выполнением задания; прыгать в глубину с высоты 20-30 см; лазать по наклонной лестнице, по гимнастической стене; сохранять равновесие при перешагивании через предметы, рейки лестницы	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 159	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Через ручеек» 3. Ходьба по бревну приставным шагом 4. Подвижная игра «Бездомный заяц»		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми умений: метать через натянутую веревочку вдаль левой и правой рукой из разных исходных положений; прыгать на мяче- хоппе по всему залу; бросать мяч двумя руками вверх, об пол и ловить его. Развивать глазомер силу рук, силу мышц брюшного пресса. Побуждать к проявлению самостоятельности на занятиях	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 162	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег с соблюдением команд инструктора: через середину площадки к песочнице, от нее по прямой- к кегле, по диагонали и т.д. 2. Прыжки попеременно на правой и левой ноге		1

		<p>3. Перебрасывание мяча через натянутую веревку и ловля его</p> <p>4. Подвижная игра «Охотник и зайцы»</p>		
4 неделя		<p>Способствовать освоению детьми умений действовать с мячом: бросать об пол и ловить его; отбивать мяч одной и двумя руками, стоя на месте; отбивать мяч любым способом в движении; бросать мяч в корзину двумя руками способом от груди. Воспитывать умение доводить начатое дело до конца</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 163</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег мелким и широким шагом 2. Ходьба по бревну, на середине присесть, встать, хлопнуть в ладоши и пройти до конца бревна 3. Отбивание мяча от земли несколько раз подряд, стоя на месте 4. Подвижная игра «Самолеты» 		1
	апрель			
1 неделя		<p>Способствовать освоению детьми умений: сохранять равновесие при ходьбе по наклонной доске вверх и вниз; прыгать через 2-3 последовательно расположенных предмета с активной работой рук; лазать по гимнастической стене вверх и вниз. Воспитывать желание действовать сообща со сверстниками, начинать и заканчивать упражнение всем вместе</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 166</p>	2
		<p>Оздоровительно-игровой час:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба и бег 2. Игровое упражнение «Прокати и поймай» 3. Игровое упражнение «Сбей кеглю» 4. Подвижная игра «У медведя во бору» 		1
2 неделя		<p>Способствовать освоению детьми умений: сохранять равновесие при ходьбе по горизонтальному бревну высотой 20-</p>	<p>М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей</p>	2

		30см; лазать по трубе, по гимнастической стене вверх и вниз.	младшего и среднего дошкольного возраста стр. 167	
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Подлезание под веревку, расположенную на высоте 50см 3. Игровое упражнение «Перепрыгни и не задень» 4. Подвижная игра «Лиса в курятнике»		1
3 неделя		Способствовать освоению детьми умений: катать обруч друг другу; бросать мяч вверх и ловить его в движении; метать мяч в вертикальную цель; развивать вестибулярный аппарат, глазомер, ловкость, внимание. Воспитывать желание и умение действовать совместно со сверстниками в подгруппе	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 170	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег 2. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками 3. Игровое упражнение «Точно в цель» 4. Подвижная игра «Догони свою пару»		1
4 неделя		Способствовать освоению детьми умений действовать с мячом: бросать мяч вдаль разными способами (из-за головы, от груди); бросать мяч через сетку любым способом; бросать мяч в стену и ловить его; прыгать на мяче-хопке по ориентирам. Развивать навык правильного положения тела на мяче-хопке, координацию движений	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 171	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба, бег с высоким подниманием колен, бег врассыпную 2. Игровое упражнение «Накинь кольцо» 3. Игровое упражнение «Мяч через веревку» 4. Подвижная игра «Совушка»		1
		май		
1 не де		Способствовать освоению детьми умений:	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова	2

		сохранять равновесие при ходьбе по веревке приставным шагом; прыгать с короткой скакалкой; ползать по скамейке на животе. Воспитывать уважение к достижениям сверстников	Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 175	
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба, бег 2. Метание в вертикальную цель с расстояния 1,5-2м 3. Ползание по бревну 4. Подвижная игра «Зайцы и волк»		1
2 неделя		Способствовать освоению детьми умений: сохранять равновесие при ходьбе по бревну боком приставным шагом; прыгать вверх с места; лазать по гимнастической стене. Воспитывать желание участвовать в играх	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 176	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба, бег 2. Игровое упражнение «Попади в корзину» 3. Игровое упражнение «Перепрыгни через ручеек» 4. Подвижная игра «Удочка»		1
3 неделя		Определить степень овладения детьми основными движениями и уровень развития физических качеств	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста стр. 178	2
		Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег змейкой, в рассыпную, перестроение в пары 2. Игровое упражнение «Кто не уронит» 3. Игровое упражнение «Не задень» 4. Подвижная игра «Пробеги тихо»		1
4 неделя		Определить степень овладения детьми основными движениями и уровень развития физических качеств	М.С.Анисимова; Т.В. Хабарова Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста	2

		стр. 179	
	Оздоровительно-игровой час: 1. Ходьба и бег с изменением направления движения, со сменой ведущего 2. Игровые упражнения «Подбрось-поймай», «Сбей кеглю» 3. Игровое упражнение «Кто быстрее по дорожке» 4. Подвижная игра «Прятки»		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	Физическая культура от 2-4 лет	СПб детство-пресс – 2016 г.
Е.И. Подольская	Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия.	Волгоград: Учитель, 2012 г.
М. Борисова	Организация фитнесом в системе дошк. Образования.	Москва.Обруч,2014г
М. Борисова	Тематическое подвижные игры для дошкольников.	Москва. Обруч,2015г
И.М. Сучкова	Физическое развитие. Планирование 2-4 года	Волгоград. Учитель 2016
Е.А. Мартынова	Физическое развитие. Планирование 4-7 лет	Волгоград. Учитель 2017
М.С. Анисимова	Двигательная деятельность детей младшего и среднего возраста	Санкт-Петербург. Детство-Пресс, 2014
М.С. Анисимова	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