

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ОСТАВШИМСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ,  
«МЯСНИКОВСКИЙ ЦЕНТР ПОМОЩИ ДЕТЯМ »**

Принято педагогическим  
советом ГКУСО РО  
Мясниковского центра помощи детям  
протокол №\_\_\_\_от\_\_\_\_\_

Утверждаю  
директор ГКУСО РО  
Мясниковского центра помощи детям  
\_\_\_\_\_/Н. М. Берекчиян  
Приказ№ \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по физическому воспитанию  
Первого, второго года обучения  
на 2021-2022 учебный год**

Разработала инструктор по физической культуре: Нахабедян И.Л.

с.Чалтырь  
2022г.

## Оглавление

### Целевой раздел:

1. Пояснительная записка..... 3
  - Цели, задачи, решаемые при реализации рабочей программы с учётом ОО и группы.
  - Принципы и подходы к формированию рабочей программы.
  - Краткая психолого–педагогическая характеристика особенностей психофизического развития детей.
  - Нормативно – правовые документы или программно –методические материалы, на основании которых разработана рабочая программа.....5
  - Сроки реализации рабочей программы..... 6
2. Целевые ориентиры освоения воспитанниками ОП определяются в соответствии с реализуемой ОП ДО, возрастом детей, индивидуальными особенностями и возможностями каждого воспитанника.....-6

### Содержательный раздел:

1. Первый, второй этапы обучения перспективное планирование на год .....7
2. Перспективное планирование спортивных досугов и праздников.....15
3. Формы взаимодействия с воспитателями и родителями.....--17

### Организационный раздел:

1. Сетка занятий с детьми .....19
2. Предметно-пространственная развивающая среда.....20
3. Циклограмма рабочего времени. ....14

## 1. Пояснительная записка.

Рабочая программа определяет структуру и содержание работы по физическому развитию детей дошкольного возраста. Разработана на основе содержания комплексной программы дошкольного образования «Диагностика – развитие – коррекция: программа дошкольного образования для детей с интеллектуальной недостаточностью» /Сост. Л.Б. Баряева, О.П. Гаврилушкина, А. Зарин, Н.Д. Соколова, допущенной к использованию в образовательном процессе общеобразовательных учреждений экспертным научно-методическим советом Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга.

**Целью** деятельности учреждения по физическому развитию является: формирование опорно-двигательной системы организма, обеспечение всестороннего развития личности воспитанников с проблемами в интеллектуальном развитии. Одной из важнейших задач, которые решаются в русле всей деятельности учреждения является укрепление здоровья детей, приобретение опыта, становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, становление ценностей здорового образа жизни, преодоление и ослабление недостатков в их психофизическом развитии.

На протяжении многих лет в учреждении проводится интенсивная работа над созданием комплексной системы медико-педагогической поддержки физического развития и укрепления здоровья ребенка с интеллектуальной недостаточностью, которая позволяет раскрыть возможности каждого воспитанника и достичь оптимального для него уровня развития. Кроме этого много внимания уделяется совершенствованию содержания работы по физическому воспитанию детей и поиску новых форм коррекционно-развивающей поддержки воспитанников.

Содержанием физической подготовки является:

- воспитание комплекса основных физических качеств, таких как ловкость, силу, выносливость, быстроту, гибкость;
- обучение определенному объему двигательных навыков;
- овладение качеством способностей;

Основные задачи:

✓ **Оздоровительные:**

Охрана и укрепление здоровья; формирование всех систем и функций детского организма; удовлетворение потребности в движении; привитие навыков гигиены занятий физическими упражнениями; закаливание;

✓ **Образовательные:**

Формирование у детей двигательных умений и навыков; формирование представлений о пользе и значении физических упражнений; формирование системы знаний об организме, способах укрепления здоровья; активизация самостоятельности и творчества детей в двигательной деятельности; обучение детей элементам спортивных игр;

✓ **Воспитательные:**

Воспитание положительного отношения к физическим упражнениям и потребности в физической активности; воспитание интереса к занятиям спортом, достижениям спортсменов; воспитание нравственно-волевых качеств;

В основе построения всей работы по физическому развитию воспитанников лежит их тщательное обследование в начале каждого учебного года и в конце. Обследование проводит инструктор по физическому воспитанию. Его результаты позволяют сконструировать программу индивидуальных, групповых и фронтальных занятий с детьми и вводить в нее

корректировки по мере развития воспитанников. Они вносятся в общую «карту развития ребенка», и вместе с другими результатами показывают динамику в психическом и физическом развитии каждого воспитанника за время его пребывания в учреждении.

Основными формами работы по физическому воспитанию детей являются занятия. При этом в связи с тем, что картина физического и двигательного развития воспитанников очень разнообразная, преобладающими являются групповые занятия, в которых участвуют небольшие подгруппы детей численностью от 3 до 6 человек. В процессе проведения занятий физической культурой очень широко используется музыка. Каждое занятие превращается в увлекательное путешествие, сказку или игру. Благодаря этому занятия всегда интересны и вызывают положительный эмоциональный настрой у детей.

Любимыми и эффективными формами работы по физическому воспитанию являются физкультурные досуги и спортивные праздники, которые становятся действием, объединяющим всех: детей, педагогов и родителей. Они совместно готовят необходимые атрибуты для игр, и затем все являются их участниками. Сами праздники несут с собой большой эмоциональный заряд, который передается даже детям с самыми сложными проблемами в развитии, и создают у всех хорошее настроение на длительное время. При этом игры подбираются таким образом, чтобы в них могли участвовать все, независимо от уровня двигательного развития.

**Спортивные праздники и развлечения помогают решать следующие задачи:**

- Сохранять и укреплять здоровье детей;
- Формировать представления о здоровом образе жизни;
- Развивать двигательные качества (ловкость, быстроту, выносливость);
- Развивать способности самовыражения в процессе двигательной активности;
- Формировать основы саморегуляции поведения;
- Развивать чувство партнерства;
- Воспитывать нравственно-волевые качества (дружбу, взаимопомощь, сопереживание);

Физкультурные праздники и развлечения проводятся как в помещении, так и на улице:

Учебный план на 2021 - 2022год

Группы	Общее количество занятий в год	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия
1-2 год обучения	107	3	15 – 20 минут

**Нормативно – правовые документы или программно – методические материалы, на основании которых разработана рабочая программа.**

№	Название	Издание	Авторы
1.	-Адаптированная основная общеобразовательная образования программа для детей дошкольного возраста с интеллектуальной недостаточностью ГКУСО РО Мясниковского центра помощи детям . -Инновационная программа дошкольного образования. «От рождения до школы» Издательство 5. Вераксы Н.Е. Комаровой Т. С. Дорофеевой Э. М. Мозаика- Синтез Москва 2019.		
2.	Диагностика – развитие – коррекция: программ а дошкольного образования детей с интеллектуальной недостаточностью.	Санкт – Петербург ЦДК проф. Л.Б.Баряевой 2012	Баряева Л.Б . Гаврилушкина О.П. Зарина А.П., Соколова Н.Д.
3	Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии. Методическое пособие.	Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2002	Под редакцией Л.В.Шапковой
4	300 подвижных игр для дошкольников. Практическое пособие.	Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2011	Власенко Н.Э.
5	Утренняя гимнастика в детском саду . Упражнения для детей 3 – 5 лет.	Москва. МОЗАИКА – СИНТЕЗ. 2011	Т.Е. Харченко
6	Комплексы утренней гимнастики для детей 3–4 лет. Методическое пособие.	Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2009	Е.А. Сочеванова
7	Бабенкова Е.А., Параничева Т.М.	Подвижные игры на прогулке. Библиотека современного детского сада	Москва: ТЦ Сфера 2015
8	Гуменюк Е.И., Слисенко	Недели здоровья в детском саду: методическое пособие	Санкт-Петербург: Детство-Пресс 2013

9	Недовесова Н.П.	Профилактика и коррекция плоскостопия у детей	Санкт-Петербург: Детство-Пресс 2014
---	-----------------	---	-------------------------------------

10	Утренняя гимнастика для детей 2 – 7 лет. Практическое пособие	Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2010	Г.А. Прохорова
11	Подвижные игры с бегом для детей 4 – 7 лет	Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2009	Е.А. Сочеванова
12	Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников	Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2013	Л.А. Соколова
13.	Занятия по физкультуре с детьми 3 – 7 лет	ТЦ «Сфера» Москва 2008	Е.Н. Вареник С.Г. Кудрявцева Н.Н. Сергиенко

Сроки реализации рабочей программы:

С сентября 2021 по май 2022 (включительно)

### **ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ.**

**Первый этап** (ориентировочно младший дошкольный возраст).

Ребёнок:

-- Часто проявляет положительное отношение к двигательной активности, как правило, откликается на предложение выполнять движения, часто при выполнении

движений проявляет удовольствие;

-- Эпизодически самостоятельно проявляет потребность в двигательной активности, но стремления её удовлетворить не проявляет, привлекая к этому взрослого,

или проявляет чрезмерную активность, способен на короткое время включаться на

непродолжительное время в организованные формы двигательной активности;

-- Понимает и выполняет инструкцию, если она предъявляется поэлементно и подкрепляется выполнением каждого движения;

-- Проявляет интерес к подвижным играм;

-- Ориентируется в пространстве, используя его для двигательной активности;

-- Понимает элементарные просьбы – команды, отражающие основные движения и действия;

-- Выполняет движения по подражанию, по образцу, по слову – сигналу;

-- Выражает стремление осваивать основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, игры с мячом).

**Второй этап** (ориентировочно средний возраст).

Ребёнок:

-- Часто проявляет положительное отношение к двигательной активности, всегда откликается на предложения выполнять движения, сам не ищет такие возможности,

при выполнении движений проявляет удовольствие;

-- Часто самостоятельно проявляет потребность в двигательной активности, стремится её удовлетворить, привлекая к этому взрослого, способен включаться на

непродолжительное время в организованные формы двигательной активности;

-- Понимает и выполняет полную инструкцию, если она состоит из 2 – 3 элементов и способ выполнения предварительно демонстрируется, выполняет все

знакомые движения по поэлементной словесной инструкции, новые движения выполняет

по образцу;

-- Ходит достаточно уверенно, мышцы рук, ног и туловища напряжены;

-- Бегаёт недостаточно уверенно, не всегда ритмично, движения рук и ног не согласованы, темп и направление, как правило, меняет резко;

-- Выполняет прыжки с перемещением в пространстве с недостаточным взаимодействием рук, приземление неуверенное, но равновесие сохраняет;

-- Ползает на четвереньках на небольшие расстояния, испытывает трудности при изменении темпа и направления движений, движения рук и ног часто несогласованные и неритмичные;

-- Бросает мяч одной рукой, движения руки и туловища не всегда координированы, но равновесие сохраняет, при бросках двумя руками крупных мячей

движения рук и туловища слабо скоординированы, но равновесие сохраняет;

-- Наклоны вперёд выполняет, но делает это не ритмично, выполняет довольно согласованно движения руками вверх – вниз, руки в локтях часто не выпрямлены ритм движения сохраняет непродолжительное время.





## Планирование первый этап

Этапы НОД	1 – я неделя	2 – я неделя	3 – неделя	4 – я неделя
Сентябрь.				
Задачи: Обследование детей. Ознакомление детей с предметной и игровой средой физкультурного зала. Первые предметные и игровые совместные действия детей и взрослого с атрибутами для физкультурных занятий и подвижных игр. Развивать у детей интерес к движениям и потребность в двигательной активности. Развивать интерес детей к подвижным играм и формировать положительное отношение к ним.				
Вводная часть	Ходьба стайкой и врассыпную. Бег стайкой и врассыпную.			
ОРУ	Упражнения без предметов	Упражнения с погремушкой	Упражнения без предметов	Упражнения с погремушкой
Основные виды движений	1. Ходьба за педагогом по краю зала. 2. Упражнения с большим мячом – захват двумя руками.	1. Ползание на ладонях и коленях. 2. Прыжки на двух ногах на месте с поддержкой педагога.	1. Ходьба по дорожке из линолеума (ширина 40 см., длина 2 м.) 2. Подлезание в воротики.	1. Ходьба за педагогом по краю зала. 2. Упражнения с большим мячом – захват двумя руками.
Подвижные игры	Солнышко и дождик.	Пойдём гулять.	К куклам в гости.	Догони мяч.
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Ладушки»	Игра «Ладочки»	Дыхательное упражнение «Часики»	Игра «Поговорим»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
Октябрь.				
Задачи: Продолжать развивать у детей интерес к движениям и потребность в двигательной активности. Обучать детей основным видам движений – ходьба, игры с мячом.				
Вводная часть	Ходьба стайкой за взрослым, держась за руки. Ходьба в заданном направлении – к игрушке. Бег стайкой за взрослым.			
ОРУ	Упражнения без предметов	С большим мячом	Упражнения без предметов	С большим мячом
Основные виды движений	1. Катание мяча двумя руками друг другу (0.5 – 1.5 м.) 2. Игры в сухом бассейне (	1. Катание мяча под дуги (50 – 60 см.) 2. Бросание большого мяча	1. Игры в сухом бассейне (купание, ползание по шарикам).	1. Катание мяча двумя руками друг другу (0.5 – 1.5 м.)

Этапы НОД	1 – я неделя	2 – я неделя	3 – я неделя	4 – я неделя
<b>Сентябрь.</b>				
Задачи: Ознакомление детей с предметной и игровой средой физкультурного зала. Первые предметные и игровые совместные действия детей и взрослого с атрибутами для физкультурных занятий и подвижных игр.				
Вводная часть	Ходьба по залу, держась за руку взрослого.			
ОРУ	Упражнения без предметов.	Упражнения без предметов.	Упражнения с погремушкой.	Упражнения с погремушкой.
Основные виды движений	Подпрыгивание на двух ногах.	Подпрыгивание на двух ногах.	Прокатывание и бросание мяча.	Прокатывание и бросание мяча.
Подвижные игры	Дети и колокольчик.	Дети и колокольчик.	Добрый зонтик.	Добрый зонтик.
Игры малой подвижности	Игра «Ладочки».	Игра «Ладочки».	Пальчиковая гимнастика «Ладушки».	Пальчиковая гимнастика «Ладушки».
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
<b>Октябрь.</b>				
Задачи: Развивать интерес детей к физическим движениям и потребность в двигательной активности. Формировать у детей умение выполнять движения вместе со взрослым и по подражанию ему.				
Вводная часть	Ходьба по залу, держась за руку взрослого, с поддержкой взрослым, держась за опору, по двое, держась за руки.			
ОРУ	Упражнения без предметов.	Упражнения без предметов.	С малым мячом.	С малым мячом.
Основные виды движений	Ползание на четвереньках с поддержкой взрослого.	Ползание на четвереньках рядом со взрослым.	Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия 5 – 10	Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия 5 – 10

			см., с Помощью взрослого.	см., с Помощью взрослого.
--	--	--	------------------------------	------------------------------

Подвижн. игры	Дождик, дождик, кап – кап – кап!	Дождик, дождик, кап – кап – кап!	Бегите ко мне	Бегите ко мне
Игры малой подвижности	Игра «Ладшки».	Пальчиковая гимнастика н. «Ладшки».	Дыхательное упр. «Часики».	Дыхательное упр. «Часики».
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
<b>Ноябрь.</b>				
Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, обучая их использовать пространство для доступной им двигательной активности и ориентироваться в нём. Развивать у детей согласованность движений обеих рук, кистей и пальцев рук, рук и ног в процессе выполнения вместе со взрослым, по подражанию действиям взрослого и по образцу различных движений и прослеживания их взглядом.				
Вводная часть	Ходьба рядом со взрослым или другим ребёнком в заданном направлении. Бег вместе со взрослым.			
ОРУ	Упражнения с погремушкой.	Упражнения с погремушкой.	Упражнения без предметов.	Упражнения без предметов.
Основные виды движений	Ходьба и бег по сенсорным коврикам и дорожкам, различным поверхностям, приподнятым над полом на 5 – 10 см.	Катание мяча двумя руками взрослому (расстояние до 0.5 м.)	Катание мяча под дуги (ширина 60 – 70 см.).	Поднимание упавшего мяча. Бросание мяча двумя руками сопряжено со взрослым.
Подвижные игры	Солнышко и дождик.	Солнышко и дождик.	Поезд.	Поезд.
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика ка «Играем с пальчиками».	Пальчиковая гимнастика ка «Играем с пальчиками».	Игра «Осенние листочки».	Игра «Осенние листочки».

Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
-------------------------------------	---	---	---	---

<b>Декабрь.</b>				
Задачи: Обогащать двигательный опыт детей за счёт выполнения разнообразных действий вместе со взрослым. Формировать представления детей о собственном теле.				
Вводная часть	Ходьба рядом со взрослым или другим ребёнком в заданном направлении. Ходьба рядом со взрослым в заданном направлении с игрушкой. Бег вместе со взрослым с игрушкой.			
ОРУ	С м. мячом.	С м. мячом.	Упражнения без предметов.	Упражнения без предметов.
Основные виды движений	Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки взрослого.	Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки взрослого.	Прыжки на надувных игрушках – прыгунах со Страховкой взрослым.	Прыжки на надувных игрушках – прыгунах со Страховкой взрослым.
Подвижные игры	Догоните меня.	Догоните меня.	Мыши и кот.	Мыши и кот.
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Игра «Петушок»	Игра «Петушок»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
<b>Январь.</b>				
Задачи: Обогащать двигательный опыт детей за счёт выполнения разнообразных действий вместе со взрослым. Развивать у детей ориентировку в пространстве, обучая их использовать пространство для доступной им двигательной активности и ориентироваться в нём.				
Вводная часть	Ходьба рядом со взрослым или другим ребёнком в заданном направлении. Ходьба рядом со взрослым в заданном направлении с игрушкой. Бег вместе со взрослым с игрушкой.			
ОРУ		С малым мячом (снежком).	С малым мячом (снежком).	Со снежинкой (на палочке).
Основные виды движений		Катание мяча двумя руками взрослому (расстояние до	Катание мяча под дуги (ширина 60 – 70см).	Поднимание упавшего мяча. Бросание мяча двумя руками сопряжено со взрослым.

		0.5 м).		
Подвижные игры		Зайка беленький сидит.	Поднимаемся нагорку.	Упражнения без предметов.
Игры малой подвижности		Весёлые снежинки.	Весёлые снежинки.	Пальчиковая игра «Зайка».

Интеграция образовательных областей		социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
<b>Февраль.</b>				
Задачи: Продолжать развивать интерес детей к физическим движениям и потребность в доступной для каждого ребёнка двигательной активности. Продолжать обучать основным видам движениям – ходьба, бег, упражнения с мячом.				
Вводная часть	Ходьба по залу, держась за руку взрослого, с поддержкой взрослым, держась за опору, по двое, держась за руки. Ходьба и бег по сенсорным коврикам и дорожкам, различным поверхностям, приподнятым над полом на 5 – 10 см.			
ОРУ	С кубиком.	С кубиком.	С султанчиком.	С султанчиком.
Основные виды движений	Катание мяча двумя руками от взрослого к ребёнку (расстояние от 0.5 до 1 м.)	Катание мяча под дуги (ширина 60 – 70см.).	Поднимание упавшего мяча. Бросание мяча двумя руками сопряжено со взрослым.	Катание мяча двумя руками от взрослого к ребёнку (расстояние от 0.5 до 1 м.)
Подвижные игры	«Курочка ко-ко-ко»	«Курочка ко-ко-ко».	Бегите к флажку.	Бегите к флажку.
Игры малой подвижности	Дыхательное упражнение «Паровозик»	Дыхательное упражнение «Паровозик»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики в лесу»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики в лесу»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
<b>Март.</b>				



Задачи: Продолжать обучать детей основным видам движений – ходьба, бег, ползание, лазанье.

Развивать у детей интерес к сюжетным подвижным играм и формировать положительное отношение к ним (в совместной деятельности со взрослым).

Вводная часть	Ходьба стайкой за педагогом. Ходьба, держась за руки, в заданном направлении, друг за другом, держась за верёвку. Бег за взрослым, в направлении к нему, в разных направлениях.			
ОРУ	Упражнения без предметов.	С кубиком.	С кубиком	С колечками.
Основные виды движений	Ползание на животе и на четвереньках с поддержкой взрослым, рядом сним.	Ползание на животе и на четвереньках с поддержкой взрослым, рядом сним.	Лазанье на спортивную стенку (1 – 2 ступеньки).	Лазанье на спортивную стенку (1 – 2 ступеньки).
Подвижные игры	«Лошадка -иго-го-го»	«Лошадка -иго-го-го»	«Найди свой домик»	«Найди свой домик».
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Пальчик о пальчик».	Пальчиковая гимнастика «Пальчик о пальчик».	Игра «Принеси мяч» (большой или малый)	Игра «Принеси мяч» (большой или малый)
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
<b>Апрель.</b>				
Задачи: Продолжать развивать у детей ориентировку в пространстве (по подражанию действиям взрослого, по образцу), обучая их использовать пространство для двигательной активности и ориентировку в нём. Продолжать обучать детей основным видам движений – ходьба, бег, прыжки.				
Вводная часть	Ходьба стайкой за педагогом. Ходьба, держась за руки, в заданном направлении, друг за другом, держась за верёвку. Бег за взрослым, в направлении к нему, в разных направлениях.			
ОРУ	Упражнения без предметов.	С кубиком.	С кубиком	С колечками.
Основные виды движений	Ловля мяча брошенным взрослым.	Ловля мяча брошенным взрослым.	Подлезание на четвереньках по дорожке с последующим перелезанием через небольшое	Подлезание на четвереньках по дорожке с последующим перелезанием через небольшое

			препятствие.	препятствие.
Подвижные игры	«Самолеты»	«Самолеты»	По ровненькой дорожке.	По ровненькой дорожке.
Игры малой	Пальчиковая гимнастика	Пальчиковая гимнастика	Дыхательное упражнение	Дыхательное упражнение

подвижности	«Ладушки»	«Ладушки»	«Бабочка летает»	«Бабочка летает»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
<b>Май.</b>				
Задачи: Продолжать развивать интерес детей к физическим движениям и потребность в доступной для каждого ребёнка двигательной активности. Продолжать обучать детей основным видам движений – ходьба, бег, игры с мячом.				
Вводная часть	Ходьба стайкой, держась за руки в заданном направлении (например, к игрушке), ходьба друг за другом, держась за верёвку. Бег вслед за взрослым, в направлении к нему, в разных направлениях.			
ОРУ	Упражнения без предмета	Упражнения без предмета	Упражнения с лентами.	Упражнения с лентами.
Основные виды движений	Катание мяча двумя руками от взрослого к ребёнку (расстояние от 0.5 до 1 м.). Прокатывание (ширина 50 – 60 см.)	Катание мяча двумя руками от взрослого к ребёнку (расстояние от 0.5 до 1 м.). Прокатывание (ширина 50 – 60 см.)	Ловля мяча, брошенного взрослым, бросание мяча взрослому.	Ловля мяча, брошенного взрослым, бросание мяча взрослому.
Подвижные игры	«Поезд»	«Поезд»	«Шар»	«Шар»
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Игра «Позвони в колокольчик»	Игра «Позвони в колокольчик»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-

	эстетическое развитие.	эстетическое развитие.		эстетическое развитие.
--	------------------------	------------------------	--	------------------------

**Июнь.**

Задачи: Развивать у детей координацию движений обеих рук, кистей и пальцев рук, рук и ног, воспроизводя по подражанию действиям взрослого и по образцу различные движения, прослеживая их взглядом.  
Формировать у детей ритмичность движений (равномерную повторность и чередование), осуществляемую с помощью взрослого и по подражанию его

действиям.				
Вводная часть	Ходьба с поддержкой взрослым и по подражанию его действиям по дорожкам, выложенным из верёвки, ленточек, ковровина, мягких модулей. Бег в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, флажком, ленточкой) вместе со взрослым, вслед за ним, по указательному жесту взрослого.			
ОРУ	С флажком	С флажком.	Без предмета	Без предметов.
Основные виды движений	Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки взрослого Или за опору.	Подпрыгивание на двух ногах, держась за руки взрослого Или за опору.	Ползание на животе и четвереньках в разных направлениях к предметной цели с поддержкой взрослого Или по указательному жесту.	Ползание на животе и четвереньках в разных направлениях к предметной цели с поддержкой взрослого Или по указательному жесту.
Подвижные игры	Прятки от дождя под зонтик.	Солнышко и дождик.	Птичкилетают.	Птичкилетают.
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Машинка»	Пальчиковая гимнастика «Машинка»	Пальчиковая гимнастика «Поезд»	Пальчиковая гимнастика «Поезд»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

## Второй этап

Этапы занятия	1 – я неделя	2 – я неделя	3 – неделя	4 – я неделя
Сентябрь.				
Задачи: Развивать у детей интерес к движениям и потребность в двигательной активности. Развивать интерес детей к подвижным играм и формировать положительное отношение к ним. Развивать умение сохранять равновесие, продолжать знакомить детей с прыжками на двух ногах, прокатыванию мячей, ползанию.				
Вводная часть	Ходьба в одном направлении, всей группой, в колонне по одному. Бег за взрослым, друг за другом.			
ОРУ	Упражнения без предметов	Упражнения без предметов	Упражнения с погремушкой	Упражнения с погремушкой
Основные виды движений	1. Ходьба и бег между двумя линиями (ширина 25 см). 2. Ходьба по дорожке, поднятой над полом (10 см).	1. Прыжки на двух ногах на месте с поддержкой взрослого. 2. Прокатывание больших мячей друг другу.	1. Прокатывание мячей друг другу из исходного положения стоя на коленях. 2. Прыжки на двух ногах.	1. Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени. 2. Ходьба за взрослым в разных направлениях.
Подвижные игры	Солнышко и дождик.	Солнышко и дождик.	Пойдём гулять.	Пойдём гулять.
Игры малой подвижности	Ходьба и бег за взрослым стайкой с игрушкой.	Ходьба за одним ребёнком, в руках у которого игрушка.	Найди мяч	Ходьба по массажным коврикам
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
Октябрь.				

Задачи: Продолжать развивать у детей интерес к движениям и потребность в двигательной активности.  
 Обучать детей основным движениям – ходьба, бег, игры с мячом.  
 Формировать представления детей о собственном теле, его основных частях и движениях.

Вводная часть	Ходьба стайкой за взрослым. Ходьба друг за другом. Бег стайкой за взрослым. Бег друг за другом.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	Без предметов	С мячом
Основные виды движений	.Катание мяча двумя руками друг другу (0.5 – 1.5 м.). .Катание мяча под дуги (50 – 60 см.).	.Ловля мяча, брошенного взрослым. .Игры в сухом бассейне (купание, ползание по шарикам).	.Катание мяча двумя руками друг другу (0.5 – 1.5 м.). .Метание мячей малого размера на дальность.	.Катание мяча под дуги(50 – 60 см.). .Подбрасывание мяча вверх.
Подвижные игры	Солнышко и дождик.	Пузырь.	Солнышко и дождик.	Ножки.
Игры малой подвижности	Угадай, кто кричит	Ходьба по массирующим коврикам	Дыхательная гимнастика «Дудочка»	Искусственная «Тропа здоровья»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

Ноябрь.

Задачи: Формировать представления детей о собственном теле, его основных частях и их движениях.  
 Развивать у детей ориентировку в пространстве зала, обучая их использовать пространство для двигательной активности, и умения ориентироваться в нём.  
 Обучать детей ходьбе, бегу, прыжкам, играм с мячом.

Вводная часть	Ходьба и бег по одному и парами друг за другом. Ходьба в колонне по одному, по сигналу выполнить задание «Бабочки», «Лягушки», «Зайчики». Бег и ходьба в чередовании.			
ОРУ	С погремушкой	Без предметов	С мячом	С кубиком



Основные виды движений	1. Ходьба по ребристой дорожке, положенной на пол. 2. Прыжки на двух ногах на	1. Спрыгивание с предмета – дорожки (высота 10 см). 2. Прокатывание мячей в прямом	1. Перепрыгивание через шнур, «ручеек». 2. Ловля и бросание мяча.	1. Ползание под дугой на четвереньках. 2. Ходьба между двумя
------------------------	--	---	--	---

	месте или с передвижением.	направлении.		линиями (ширина 20 см)..
Подвижные игры	У медведя во бору.	Зайка беленький сидит.	Кошка и мышки.	Бегите ко мне.
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Ладушки»	Дыхательная гимнастика «Каша кипит»	Где спрятался мышонок?	Искусственная «Тропа здоровья»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

Декабрь.

Задачи: Формировать умение ходить, бегать, удерживая предметы в одной и обеих руках.

Развивать у детей чувство равновесия.

Совершенствовать умение детей имитировать движения животных.

Обучать детей ползанию и лазанью.

Вводная часть	Ходьба и бег враспынную, по кругу, между предметами. Ходьба и бег с чередованием. Ходьба и бег с флажками, осенними листочками, цветными колечками.			
ОРУ	Без предметов	С флажком	С мячом	С султанчиком
Основные виды движений	1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках и на животе. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.	1. Лазанье по гимнастической стенке: залезание на высоту до 1 м. и спуск с помощью взрослого. 2. Прокатывание мячей в прямом направлении.	1. Проползание под воротики. 2. Ловля и бросание мяча.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, прыгивание. 2. Ползание в прямом направлении на четвереньках. Игровое задание «Кто быстрее?»

Подвижные игры	Цветные автомобили.	Бегите к флажку.	Котята и щенята.	Кто бросит дальше мешочек.
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Дыхательная гимнастика «Бабочки»	Каравай	Искусственная «Тропа здоровья»
Интеграция	социально-коммуникативное	социально-коммуникативное	социально-коммуникативное	социально-

образовательных областей	развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
--------------------------	--	--	--	--

Январь.

Задачи: Формировать у детей умение строиться и ходить парами. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную. Формировать умение мягко приземляться на полусогнутые ноги. Упражнять в прокатывании мяча вокруг предмета, в подлезании под дугу. Выполнять правила в подвижных играх.

Вводная часть	Построение в колонну, в круг. Ходьба и бег в чередовании по команде «стоп».			
ОРУ		Без предметов	С кубиком	Без предметов
Основные виды движений		.Прокатывание мяча вокруг скамейки. .Прыжки со скамейки, движение рук свободное.	.Прокатывание мячей друг другу – расстояние 3м. .Ходьба с перешагиванием через кубики.	.Прыжки из обруча в обруч. .Ходьба по ребристой дорожке.
Подвижные игры		Мыши в кладовой	Найди своё место	Попади в круг
Игры малой подвижности		Ходьба с разным положением рук и ног	Дыхательная гимнастика «Гуси»	Пальчиковая гимнастика «Пальчики»

Интеграция образовательных областей		социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
Февраль.				
Задачи: Развивать у детей способность менять направление и темп движения (ходить, бегать) вместе со взрослым, а так же по слову – сигналу. Формировать у детей умение ходить, бегать, удерживая предметы в одной и обеих руках. Развивать точность и ловкость движений рук детей в играх с мячом.				
Вводная часть	Ходьба друг за другом с флажком в вытянутой вперёд (в сторону, вверх) руке. Ходьба и бег с изменением темпа движения по зрительному или слуховому сигналу.			

	Бег в заданном направлении с игрушкой.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С кубиком	Без предметов
Основные виды движений	1.Бросание и ловля мяча взрослому.  2.Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.	1. Отбивание мяча от пола (1 – 3 раза).  2.Прокатывание мяча друг другу в положении сидя.	1.Перебрасывание мяча друг другу через сетку.  2. Катание модуля «Труба» с игрушкой или с кем-то из детей внутри	1.Ходьба с перешагиванием через предметы (5 см).  2.Ползание на четвереньках под дугой.
Подвижные игры	Докати мяч.	Воробушки и кот.	Мой весёлый звонкий мяч.	Сбей свою кеглю.
Игры малой подвижности	Дыхательная гимнастика «паровозик»	Дыхательная гимнастика «Весёлый мячик»	Ходьба с разным положением рук и ног	Искусственная «Тропа здоровья»
Интеграция образовательных	социально-коммуникативное развитие;	социально-коммуникативное развитие;	социально-коммуникативное развитие;	социально-коммуникативное

областей	познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
----------	---	---	---	--

	последующим перелезанием через препятствие.	последовательно к одной, второй, третьей игрушке.		2.Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
Подвижные игры	Ты, собачка не лай!	Найди свой домик.	Мы топаем ногами.	Поезд.
Игры малой подвижности	Найди куклу.	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Возьми флажок.	Дыхательная гимнастика «Часики»
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

Апрель.

Задачи: Продолжать учить детей подпрыгивать на двух ногах на месте с помощью взрослого и самостоятельно.

Продолжать развивать у детей чувство равновесия.

Развивать у детей координацию движений обеих рук, рук и ног со зрительным контролем.

Вводная часть	Ходьба на носках, на пятках. Бег на носках (при необходимости с поддержкой). Ходьба и бег друг за другом, за взрослым в разных направлениях.			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С султанчиком

Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки на двух ногах на месте или с передвижением.	Прыжки вокруг какого-либо предмета. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	1. Перепрыгивание через шнур, запрыгивание в обруч. 2. Спрыгивание с гимнастической скамейки (10 – 15 см.)	Прыжки на одной ноге с поддержкой взрослого. Ходьба по гимнастической скамейке.
Подвижные игры	Поймай комара.	Мыши и кот.	Найди свой домик.	Найди свой цвет.
Игры малой подвижности	Пальчиковая гимнастика «Пальчик – мальчик»	Пальчиковая гимнастика «Семья»	Корректирующая ходьба для профилактики плоскостопия.	Найди куклу.
Интеграция образовательных	социально-коммуникативное развитие;	социально-коммуникативное развитие;	социально-коммуникативное развитие;	социально-коммуникативное

областей	познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.
----------	---	---	---	--

Май.

Задачи: Продолжать развивать точность и ловкость движений рук детей в играх с мячом.  
Совершенствовать умение детей имитировать движения животных, птиц, насекомых, растений.  
Развивать пространственные представления и ориентировки детей.  
Продолжать формировать умение детей соблюдать правила в подвижных играх и игровых упражнениях.

Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, врассыпную. Ходьба и бег по сигналу бубна, с выполнением заданий «Лошадки», «Лягушки», «Зайцы». Ходьба с перешагиванием через гимнастические палки.			
ОРУ	С кубиками	Без предметов	С малым мячом	Без предметов

Основные виды движений	1. Имитационные движения «паровоз», «летают бабочки», «цапля», «аист» и т.п. Перешагивание через линии и предметы (реальные и воображаемые).	Бросание мяча в цель(корзину). Игры с шариками в сухом бассейне (бросание, собирание шариков, погружение в них).	.Бросание маленького мяча обеими руками. .Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	.Бросание мяча в цель (корзину). .Прыжки на двух ногах на месте или с передвижением.
Подвижные игры	Прокати шарик к своему флажку.	Наседка и цыплята.	Птички в гнёздышках.	Найди свой цвет.
Игры малой подвижности	Самомассаж ладоней (растирание ладоней)	Релаксация.	Корректирующая ходьба для профилактики плоскостопия.	Искусственная «Тропа здоровья».
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

Июнь.				
Задачи: Обогащать, уточнять представления детей об основных частях тела и опыт их ориентировки в пространстве. Развивать у детей способность менять темп движения во время ползания вместе со взрослым, а так же по слову – сигналу. Учить детей воспринимать и воспроизводить позу по плоскостному образцу (самостоятельно, с помощью модели).				
Вводная часть	Построение в колонну по одному, перестроение в пары. Ходьба и бег по кругу в чередовании.			
ОРУ	Без предметов	С цветами	С цветами	Без предметов

Основные виды движений	Ходьба по одному, парами (держась за руки). Ползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через препятствие.	Ходьба с переступанием через невысокие (5 см.) предметы. Ползание на животе по указательному жесту педагога последовательно к одной, второй, третьей игрушке.	1. Ползание на четвереньках в рассыпную или парами. 2. Прокатывание мячей в прямом направлении.	Ползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой, сквозь обруч. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.
Подвижные игры	Наседка и цыплята.	Мыши и кот.	Мы топаем ногами.	Найди свой цвет.
Игры малой подвижности	Самомассаж ладоней (растирание ладоней)	Релаксация.	Пальчиковая гимнастика «Оладушки»	Мой веселый звонкий мяч.
Интеграция образовательных областей	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.	социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

### Подвижные игры первого этапа

Формировать у детей устойчивое положительное отношение к подвижным играм.

Ежедневно проводить подвижные игры с использованием игрушки и без нее.

С детьми от 1 года до 1 года 6 месяцев подвижные игры проводятся индивидуально. С детьми старше 1 года 6 месяцев — индивидуально и по подгруппам (2–3 человека).

Развивать основные движения детей (ходьба, ползание и лазанье, катание и бросание мяча).

Учить детей двигаться стайкой в одном направлении, не мешая друг другу. Учить внимательно слушать взрослого, действовать по сигналу.

Примерный перечень

Подвижных игр

Совместные игры. «Догони мяч», «Передай мяч», «Доползи до погремушки», «Догони собачку», «Маленькие и большие», «Поймай бабочку», «Где пищит мышонок?» и др.

Самостоятельные игры. игры с каталками, тележками, автомобилями, самолетами.

### **Подвижные игры второго этапа.**

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет».

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «не переползай линию!», «обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

на ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «найди флажок».

движение под музыку и пение. «Поезд», «Зайка», «Флажок».



**Циклограмма**  
инструктора по физической культуре Нахабедян И. Л.  
1 ставка (30 часов в неделю)

**Понедельник**

**8.00-14.00**

8.05-8.25.—Утренняя гимнастика во всех группах  
8.25.-8.55.-- Подготовка к НОД  
9.00- 9.15 —группа «Колобок» --физ. занятие  
9.25—9.45---группа «Ромашка»----физ. занятие  
11.00-12.30—Изготовление карточек, работа по самообразованию.  
12.30 -13.30--- Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)  
13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**Вторник**

**8.00—14.00**

8.05-8.25. - Утренняя гимнастика во всех группах  
8.25.-9.20.- Подготовка к НОД, заполнение журнала поиндивид работе  
10.30—11.00 - Индивидуальная работа с группой «Колобок».  
11.00-12.30 - Изготовление карточек, работа по самообразованию.  
12.30 -13.30 - Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)  
13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**Среда**

**8.00—14.00**

8.05-8.25. - Утренняя гимнастика во всех группах  
8.25 - 11.05.-Подготовка к НОД, Совершенствование методического и дидактического материала.  
11.10 - 11.30 - Группа «Колобок» - подвижная игра  
11.35 - 11.55 - Группа «Ромашка» - подвижная игра  
11.55 - 12.30 - Работа по самообразованию.  
12.30 -13.30 - Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)  
13.30 -14.00---Обработка оборудования, , проветривание зала, влажная уборка.

**Четверг**

**8.00—14.00**

8.05-8.25.—Утренняя гимнастика во всех группах  
8.25.-8.55.-- Подготовка к НОД  
9.00- 9.15 —группа «Колобок» --физ. занятие  
9.25—9.45---группа «Ромашка»----физ. занятие  
11.00-12.30—Изготовление карточек, работа по самообразованию.  
12.30 -13.30--- Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)  
13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**Пятница**

**8.00—14.00**

8.05-8.25.—Утренняя гимнастика во всех группах  
8.25.-9.00.-- Подготовка зала к работе с детьми, проветривание зала, влажная уборка.  
9.00- 10.30 -- Подготовка к НОД, заполнение журнала поиндивид работе  
10.30—11.00----Индивидуальная работа с группой «Ромашка».  
11.00-12.30—Изготовление карточек, работа по самообразованию.  
12.30 -13.30--- Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседование и т. д)  
13.30 -14.00---Обработка оборудования, проветривание зала, влажная уборка.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СПОРТИВНЫХ ДОСУГОВ И ПРАЗДНИКОВ.**

<b>МЕСЯЦ</b>	<b>№ п/п</b>	<b>ДАТА</b>	<b>МЕРОПРИЯТИЕ</b>	<b>ГРУППА</b>	<b>МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ</b>	<b>ОТВЕТСТВЕННЫЙ</b>
<b>СЕНТЯБРЬ</b>	1.	01.09 – 13.09	Обследование.	Все группы.	Спортивный зал.	Инструктор по физкультуре
<b>ОКТАБРЬ</b>	1.	22.10 – 29.10	Спортивные досуги: «Собираем урожай»  «Прогулка в осенний лес»	Все группы.	На участке (по погоде).	Инструктор по физкультуре, педагоги группы
<b>НОЯБРЬ</b>	1.	26.11	Спортивное развлечение: игр детей и родителей «Мой веселый звонкий мяч».	Все группы	Группы, спортивный зал.	Инструктор по физкультуре,
<b>ДЕКАБРЬ</b>	1.	24.12	Спортивно-театральный досуг: подвижные игры под музыку. «Раз.морозною зимой».	Все группы	Спортивный зал.	Инструктор по физкультуре , педагоги допобразования
<b>ЯНВАРЬ</b>	1.	Неделя подвижных игр 10.01 – 17.01				
	2.	28.01	«Зимние забавы»	Все группы	На улице	Инструктор по физкультуре
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	1.	18.02	Спортивное развлечение: «Остров сокровищ для сильных . смелых. ловких».	Все группы	Спортивный зал.	Инструктор по физкультуре,музыкальный руководитель, педагоги групп
<b>МАРТ</b>	1.	11.03	Спортивные досуги по теме «Народные игры». «Масленица»	Все группы.	Спортивный зал.	Инструктор по физкультуре

<b>АПРЕЛЬ</b>	1.	08.04	День Здоровья. Праздник «Разные мячи»	Все группы.	Музыкальн ый зал.	ИФК, музыкальный руководитель, педагоги групп.
---------------	----	-------	---	-------------	----------------------	--

<b>МАЙ</b>	1.	10.05 – 31.05	Обследование	Все группы	Спортивный зал.	Инструктор по физкультуре, педагоги групп
	2.	27.05	Спортивный досуг «Кто быстрее» «Физкультура для зайчонка»	Все группы	На улице.	
<b>ИЮНЬ</b>	1.	01.06	Музыкально – спортивный праздник «День Защиты Детей».	Все группы.	На улице.	Музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре, педагоги групп
	2.	10.06	Спортивно – танцевальный флешмоб, посвящённый Дню России	Все группы	На улице.	

ПРОЕКТЫ.

Названия проектов	Группы	Сроки реализации проектов
Ознакомление дошкольников с играми используя мяч . «Мяч бросаю и ловлю, я играть с мячом люблю».	все	С октября 2021 г. по июнь 2022 г.

Перспективный план по взаимодействию с родителями.

Месяц	Мероприятия	Тема	Группы
Сентябрь	Консультации	«Оздоровительная работа в учреждении».	Все группы.
Октябрь	Групповые консультации.	« Что должен уметь ваш ребенок».	Все группы.
	Индивидуальные беседы.	Как провести выходной день с пользой.	Все группы.
	Наглядная информация.	Оформление стенда « Что мы умеем»	Все группы.
	спортивный досуг	«Мой весёлый звонкий мяч».	.
Ноябрь	Индивидуальные беседы.	Значение режима дня для здоровья ребенка.	Все группы.
	Наглядная информация.	Играем вместе с ребенком на прогулке.	Все группы.
	Спортивные соревнования детей и родителей.	«Наша дружная семья».	Все группы.
Декабрь	Групповые консультации.	Организация активного отдыха детей зимой ( санки).	Все группы
	Наглядная информация.	« Мы на утренней гимнастике».	Все группы.
	Индивидуальные беседы.	О детской одежде для зимних прогулок.	Все группы
	Наглядная информация.	Зимние игры и забавы малышей.	Все группы.

Февраль	Презентация	Я, ты, он, она – мы спортивная семья!	Все группы
Март	Индивидуальные беседы.	Успехи детей по физическому воспитанию.	Все группы
	Групповые консультации.	Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья.	Все группы.
Апрель	Наглядная информация.	Закаливание детей в летний период. Использование естественных природных факторов для укрепления детского организма.	Все группы.
Май	Наглядная информация.	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Обучение катанию на велосипеде, плаванию.	Все группы.
Июнь	Групповые консультации.	Спортивное оборудование своими руками.	

**СЕТКА ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ 2021-2022**

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p>Колобок</p> <p>9.00 -9.15</p>	<p>Индивид. Работа</p> <p>10.30-11.00</p>	<p>Подв. Игра</p> <p>11.10-11.30</p>	<p>9.00 -9.15</p>	
<p>Ромашка</p> <p>9.25—9.45.</p>		<p>Подв. Игра</p> <p>11.35-11.55</p>	<p>9.25—9.45.</p>	<p>Индивид. Работа</p> <p>10.30-11.00</p>

**Предметно – пространственная развивающая среда.**

№ п/п	Название оборудования	Назначение
1.	<p>Изделия фирмы «Альма»</p> <p>а) Игровая труба «Перекасти поле» б) Ребристая дорожка «Гофр» со следочками</p> <p>в) Детская игровая лестница «Чудо – лестница»</p> <p>г) Мягкий модуль «Напольное бревно»</p>	<p>Тренирует вестибулярный аппарат, равновесие и координацию. Используется для массажа стоп.</p> <p>Способствует развитию общей двигательной активности, развивает крупную и мелкую моторику, укрепляет мышцы, тренирует равновесие и координацию.</p> <p>Развивает общую двигательную активность, равновесие, координацию, тренирует опорность</p>
	<p>д) Детский игровой набор «Кузнечик»</p> <p>е) Горка детская</p> <p>ж) Мат складной (детский)</p> <p>з) Игровая дорожка из 8</p> <p>л) Пирамида большая</p>	<p>верхних и нижних конечностей.</p> <p>Используется для формирования и тренировки различных двигательных навыков, укрепляет все группы организма.</p> <p>Тренирует различные мышечные группы.</p> <p>Используется для профилактики травматизма, релаксации и выполнения физических упражнений.</p> <p>Используется в ходьбе, прыжках, перепрыгивании, ориентировке в пространстве, развивает координацию движений.</p> <p>Применяется для игр, эстафет. Развивает ловкость и координацию.</p>
3.	Качели «Лошадка»	Тренирует вестибулярный аппарат.
4.	Массажная дорожка	Стимулирует рефлекторные зоны стоп, применяется для профилактики и лечения стоп.
5.	Лестница приставная	Используется для тренировки равновесия, координации, ловкости.
6.	Мячи разных размеров	Используются во всех видах метания.
7.	Фитболы	Развивают координационные возможности ребёнка, формирует навык правильной осанки, тренирует способности удерживать равновесие.
8.	Гимнастические палки	Используются для ОРУ, эстафет, подвижных игр.
9.	Мешочки с песком	Тренирует способность удерживать равновесие, используются в метании.
10.	Кегли	Развивается меткость, внимание, сосредоточенность.
11.	Кольцебросы разного размера.	Используются в развитии меткости.

12.	Комплект дуг	Прокатывание мячей, лазание.
13.	Сухой бассейн	Обладает целым рядом уникальных сенсорных свойств, которые снимают напряжение, усталость, поднимают настроение, укрепляют мышечную систему.
14.	Обручи разных размеров	Используются для ОРУ, эстафет, подвижных игр.
15.	Спортивный комплекс: лестница, канатная лестница, канат, кольца, трапеция	Развивает силу, ловкость, координацию движений.
16.	Цель для метания	Развивает глазомер, меткость, внимание и т.д.
17.	Гимнастическая скамейка	Используется для упражнений в равновесии, в лазании.
18.	Тренажёр «Беговая дорожка»	Развивает общую двигательную активность. Тренирует сердечно - сосудистую и дыхательную системы.
19.	Предметы: ленточки с колечками, флажки, султанчики, листья, снежинки, цветы на палочках	Используются для ОРУ, подвижных игр, эстафет.
20.	Санки	Развивает все мышечные группы, способствует энергичному обмену веществ, развитию пространственных ориентировок и координацию движений.
21.	Маленькие мячи – мякиши.	энергичному обмену веществ, развитию пространственных ориентировок и координацию движений.
22.	шапочки – маски	Используются для подвижных игр.
23.	Скакалки	Укрепление мышц ног, улучшение координации и подвижности стоп. Тренировка сердечно - сосудистой и дыхательной систем, развитие общей выносливости и Координации движений.
24.	Канат для перетягивания	Используется в соревнованиях.

Перспектива на 2021 – 2022 учебный год		
1.	Тоннель	Используется в лазании, в эстафетах, подвижных играх.
2.	Коврик оргонайзер с геом фигурами	