

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 145 комбинированного вида
Центрального района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 145
Центрального района СПб

Протокол от 29.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующего
ГБДОУ детским садом № 145
Центрального района СПб

_____ Л.Р. Березин

Приказ от 29.08.2024 № 47-ОД

с учетом мнения Совета родителей
(законных представителей) воспитанников
ГБДОУ детского сада № 145
Центрального района СПб

Протокол от 28.08.2024 № 1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД
инструктора по физической культуре групп среднего, старшего и
подготовительного возраста компенсирующей направленности

по реализации
адаптированной образовательной программы
дошкольного образования для обучающихся с ЗПР
ГБДОУ детского сада № 145 Центрального района СПб

Инструктор по физической культуре:
Ерегина Ольга Юрьевна

высшая квалификационная категория

Санкт – Петербург
2024 год

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ		2
1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Планируемые результаты освоения/реализации РП	5
1.3.	Значимые характеристики обучающихся групп	7
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	13
2.1.	Основное содержание области физическое развитие	13
2.2.	Перспективное планирование образовательной деятельности	15
2.3.	Расписание занятий групп	65
2.4.	Планирование взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся	66
2.5.	Планирование взаимодействия с педагогами	67
2.6.	Коррекционно-развивающая работа	68
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	69
3.1.	Режим дня	69
3.2.	Режим двигательной активности	73
3.3.	Выписка из Календарного плана воспитательной работы	76
3.4.	Особенности созданной РППС, отражающей специфику музыкально-спортивного зала	79
3.5.	Перспективное годовое планирование реализации тематических проектов	81
4.	ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ	82
ПРИЛОЖЕНИЯ		
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	Нормативно-правовое обеспечение Программы	88
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	Методическое обеспечение Программы	90

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее - РП) групп компенсирующей направленности образовательной области «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» – документ учебно-методической документации адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с задержкой психического развития ГБДОУ детского сада № 145 Центрального района СПб (далее - Программа).

РП разработана на основании локального акта ГБДОУ детского сада №145 «Положение о рабочей программе педагогов Образовательного учреждения», в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ФАОП ДО).

РП определяет компоненты Программы, фиксируя необходимые для планирования образовательного процесса:

элементы Целевого раздела (планируемые результаты и характеристику обучающихся с ЗПР групп);

содержание образовательной области «Физическое развитие» Содержательного раздела с учётом возрастного контингента обучающихся и их индивидуальных образовательных потребностей, распределение тематического планирования; определяет систему взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями (законными представителями) обучающихся групп;

компоненты Организационного раздела Программы, регламентирующие вопросы организации режима дня, режима двигательной активности, планирования развивающей предметно-пространственной среды и календарного плана воспитательной работы.

РП разработана педагогом на 2024-2025 учебный год в соответствии с учебным планом, календарно-учебным графиком и календарным планом воспитательной работы на 2024/2025 учебный год (с учетом режима работы образовательного учреждения в летний период).

Часть компонентов Содержательного и организационного разделов РП формируется по триместрам учебного года:

№ триместра	Месяцы		
I	сентябрь	октябрь	ноябрь
II	декабрь	январь	февраль
III	март	апрель	Май
IV	июнь	июль	Август

РП направлена на охрану и укрепление здоровья воспитанников, их всестороннее (физическое, социально-личностное, познавательно-речевое, художественно-эстетическое) развитие; обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста; строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного образования; осуществление образовательного процесса в двух основных

организационных моделях, включающих:

- совместную деятельность взрослого и детей, самостоятельную деятельность детей;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- преемственность с примерными основными общеобразовательными программами общего образования;
- на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.
- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

1.2. Планируемые результаты освоения/реализации РП

Реализация образовательных целей и задач РП направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития дошкольников с ЗПР. Так же учитываются характеристики физического развития обучающихся.

Планируемые результаты, как изложение возможных достижений обучающихся на этапе освоения Программы представлены в таблице 1 в виде ссылки на пункты и страницы ФАОП ДО. К гиперссылке (выделенный текст) прикреплен файл Приложения 1 «Целевые ориентиры» Программы.

Таблица 1

Название раздела ФАОП ДО		пункты	страницы
<i>II. Целевой раздел ФАОП ДО</i>			
Целевые ориентиры реализации АОП ДО для обучающихся с ЗПР.		<i>n.10.4.5</i>	<i>стр.54</i>
Возраст обучающихся с ЗПР	к 5 годам	<i>n.10.4.5.3</i>	<i>стр. 58-60</i>
	к 7-8 годам	<i>n.10.4.5.4</i>	<i>стр. 58-62</i>

Планируемые результаты реализации программы работы инструктора по физической культуре для обучающихся с ЗПР:

Средняя группа:

- Ребенок осваивает все основные движения, хотя их техническая сторона требует совершенствования.
- Практически ориентируется и перемещается в пространстве.
- Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре (воспитателя).
- Частично развиты основные двигательные умения и навыки.

Старшая группа:

- Принимает активное участие в подвижных играх с правилами.
- Обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое).
- Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором, крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.
- Развиты основные двигательные умения и навыки.

Подготовительная группа:

- Развиты основные двигательные умения и навыки.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика, движения рук достаточно координированы.
- Рука подготовлена к письму.
- Подвижен, владеет основными движениями, их техникой, может контролировать свои движения и управлять ими,
- Достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений.
- Обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое).
- Развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма.
- Проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.
- Ребёнок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми в процессе занятий физической культуры

1.3. Значимые характеристики обучающихся групп

При разработке РП учитывается характеристика обучающихся с ЗПР, представленная в Приложении 5 Программы <http://sad145.my1.ru/index/obrazovanie/0-7>

Так же учитывается характеристика физического развития обучающихся с ЗПР

Особенности физического развития:

Общая характеристика:

1. Наибольшие затруднения у детей вызывает выполнение физических упражнений различной координационной сложности, связанных с ориентировкой в пространстве, точностью движений, глазомером, функцией равновесия.
2. Дети затрудняются выполнять дозированные упражнения, движения с перекрестной координацией, ритмические, ациклические, движения контроля, плохо переключаются с одного движения на другое.
3. Наблюдаются особенности бега: мелкий, семенящий шаг, часто на полусогнутых ногах (несогласованность движений рук и ног), нечеткий ритм беговых шагов, слабое отталкивание и вынос бедра, боковые колебания туловища, дополнительные движения головой, закрепощенность в быстром беге, неумение согласовывать свои действия с действиями других, наталкивание на предметы, запаздывание на сигнал педагога, быстрая утомляемость.
4. При прыжках: – в длину с места – слабый толчек, одновременное отталкивание, прямые ноги в полете, малая траектория, жесткое приземление, часто с потерей равновесия; иногда неумение оттолкнуться одной ногой.
5. Дети с ЗПР долго и не все осваивают технику метания. В 4–5 лет многим детям доступны только элементарные манипуляции с мячом. Старшими дошкольниками с трудом осваивается координация целостного упражнения в метании: неправильное исходное положение, отсутствие широкого замаха, рука в момент выброса не разгибается полностью, перенос веса тела назади стоящую ногу, нарушение траектории полета (как правило, вперед – вниз, чаще у девочек), отсутствие слитности движения.
6. Нарушено равновесие, согласованность движений.
7. При лазании часто у многих детей отмечается страх высоты.
8. Затрачивают больше времени на освоение нового двигательного акта, так как у них длительно формируются серии движений.
9. Наблюдается несформированность тонкой моторики кисти, поэтому дети с трудом овладевают навыками самообслуживания, долго не могут научиться застегивать пуговицы, зашнуровывать ботинки, заплетать косички.
10. Страдают физические качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений, произвольная регуляция движений, наблюдаются недостатки моторной памяти, пространственной организации движений.
11. Выполняя задания на воспроизведение какого-либо движения или их серий, дошкольники с ЗПР нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, задерживаются (застревают) в одной позе.
12. Предпочитают подвижные игры, свойственные младшему возрасту. Отмечаются следующие особенности: отсутствие интереса к игре, робость, стеснительность, а чаще гиперактивность, нежелание действовать в команде, неподчинение правилам игр.

13. Наибольшие трудности вызывают двигательные действия, выполняемые по словесной инструкции. Из-за отставания речи дети испытывают затруднения в вербальном программировании предстоящих действий, которые усиливаются эмоциональной неустойчивостью, импульсивным поведением, отвлекаемостью, низким уровнем самоконтроля. 14. Нарушение осанки (в сагиттальной и фронтальной плоскости, плоскостопие). По разным причинам нарушение осанки у детей с ЗПР встречается в 40–75% случаев.

Дети 4-5 лет:

Неустойчивость внимания и снижение работоспособности у детей данной категории имеют индивидуальные формы проявления. Так, у одних детей максимальное напряжение внимания и наиболее высокая работоспособность обнаруживаются в начале выполнения задания и неуклонно снижаются по мере продолжения работы; у других детей наибольшее сосредоточение внимания наступает после некоторого периода деятельности, то есть этим детям необходим дополнительный период времени для включения в деятельность; у третьей группы детей отмечаются периодические колебания внимания и неравномерная работоспособность на протяжении всего выполнения задания. Более сильно нарушено произвольное внимание. В коррекционной работе с этими детьми необходимо придавать большое значение развитию произвольного внимания. Для этого использовать специальные игры и упражнения. У детей с задержкой психического развития наблюдается низкий уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приёма и переработки сенсорной информации; в недостаточности, фрагментарности знаний этих детей об окружающем мире; в затруднениях при узнавании предметов, находящихся в непривычном положении, контурных и схематических изображений.

Дети 6-7 лет:

Основные линии развития ребенка старшего дошкольного возраста: совершенствование общей моторики; развитие тонкой ручной моторики и зрительно-двигательной координации; произвольного внимания; формирование систем сенсорных эталонов; сферы образов-представлений; опосредованного запоминания; зрительной ориентировки в пространстве; воображения; эмоционального контроля; совершенствование наглядно-образного мышления; мыслительных операций словесно-логического уровня; внутренней речи; развитие связной речи; речевого общения; продуктивной деятельности; элементов трудовой деятельности; норм поведения; соподчинения мотивов; воли; самостоятельности; способности дружить; познавательной активности; готовности к учебной деятельности.

У детей с ЗПР в соматическом состоянии наблюдаются частые признаки задержки физического развития (недоразвитие мускулатуры, недостаточность мышечного и сосудистого тонуса, задержка роста), запаздывает формирование ходьбы, речи, навыков опрятности, этапов игровой деятельности.

Незрелость функционального состояния ЦНС служит одной из причин того, что дети с ЗПР не готовы к школьному обучению к 7 годам. У них к этому времени, как правило, не

сформированы основные мыслительные операции, они не умеют ориентироваться в заданиях, не планируют свою деятельность. Такой ребенок с трудом овладевает навыками чтения и письма, часто смешивает буквы, сходные по начертанию, испытывает трудности при самостоятельном написании текста.

Помимо этого, для планирования образовательной деятельности каждой группы учитываются следующие характеристики (указываются на каждую возрастную группу):

- гендерный состав (диаграмма 1);
- состав воспитанников по годам обучения (диаграмма 2)

Группа «Радуга»

Диаграмма 1

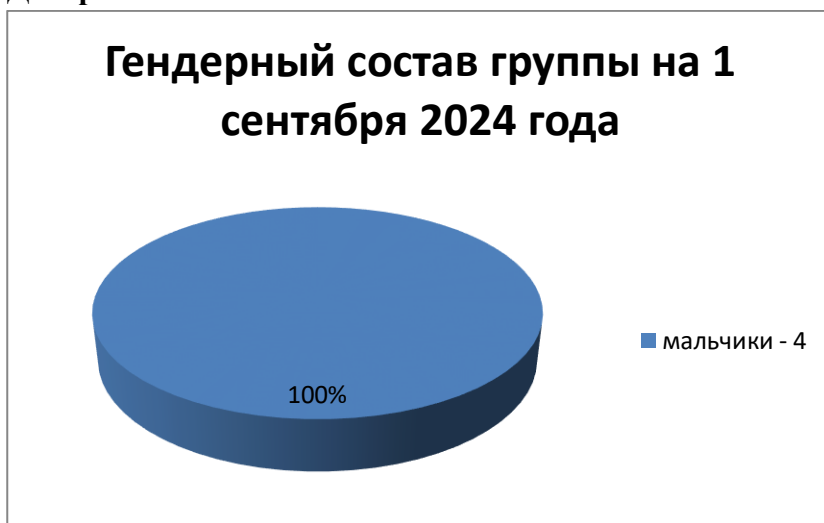
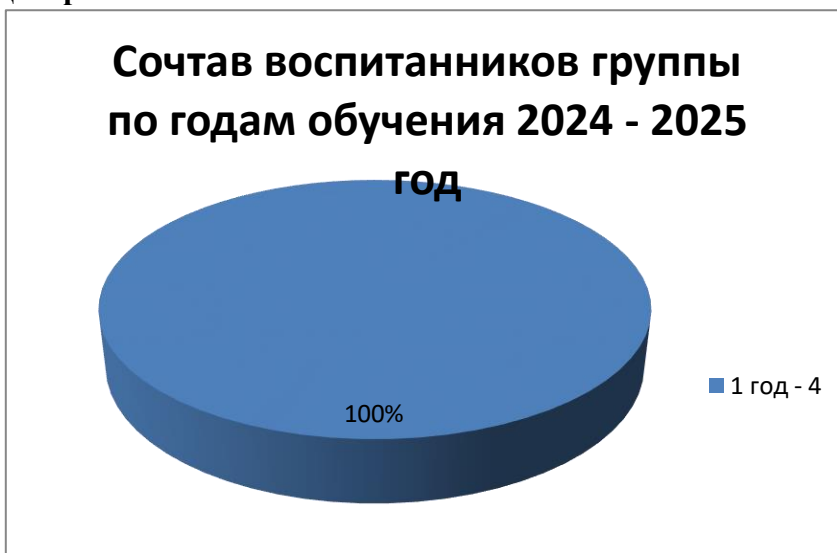


Диаграмма 2

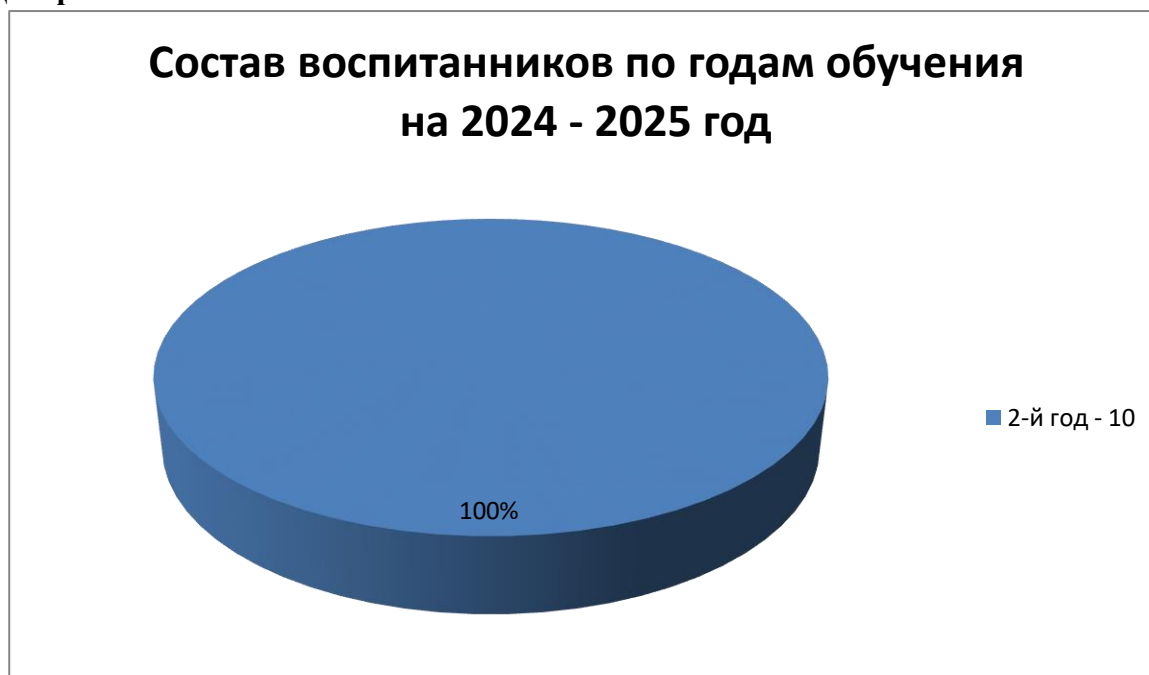


Группа «Капелька»

Диаграмма 1



Диаграмма 2



Группа «Солнышко»

Диаграмма 1



Диаграмма 2



Группа «Улыбка»

Диаграмма 1



Диаграмма 2



2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Основное содержание образовательной области физическое развитие

Задачи и содержание образовательной деятельности в области физического развития, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе обучающихся с ЗПР в возрасте от четырех до семи-восьми лет, представлены в Приложении 2 «Файловый каталог описания образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях ФАОП ДО» Программы. Файлы электронных документов в формате Word (папка, представляющая задачи и содержание по пяти образовательным областям ФАОП ДО):

Папка [«Содержание образовательных областей ФАОП ДО»](#) включает пять файлов, представляющих функциональные карты образовательных областей, каждый из которых объединяет содержание образовательной области ФАОП ДО по возрастной периодизации (4-5 лет, 5-6 лет, 6-7 лет). **Задачи и содержание образовательной области физическое развитие детей дошкольного возраста в пункте 5.**

В таблице 2 представлены ссылки на страницы и пункты и ФАОП ДО

Таблица 2

Возраст воспитанников	Задачи и содержание образовательной деятельности	Ссылки на задачи		Ссылки на содержание	
		№ пунктов и нумерация задач	№ страниц	№ пунктов и нумерация подпунктов	№ страниц
<u>Физическое развитие</u>		34.4.6			стр. 344-353
Дошкольный возраст					
от 4-х до 5-ти лет	общий объём	34.4.6	34.4.6	стр. 344-345	стр. 344-345
	формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	34.4.6	стр. 345	34.4.6.2.	стр. 346
	физическая культура	34.4.6	стр. 347	34.4.6.6.	стр. 348-350
от 5-ти до 6-ти лет	общий объём	34.4.6	34.4.6	стр. 344-345	стр. 344-345
	формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	34.4.6	стр. 345	34.4.6.3.	стр. 346
	физическая культура	34.4.6	стр. 347	34.4.6.7.	стр.

					350-351
от 6-ти до 7-ми лет	общий объём	34.4.6	34.4.6	стр. 344-345	стр. 344-345
	формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	34.4.6	стр. 345	34.4.6.4.	стр. 346-347
	физическая культура	34.4.6	стр. 347	34.4.6.8.	стр. 351-353

2.2. Перспективное планирование образовательной деятельности

Средняя группа

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Сентябрь	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать умение выполнять ходьбу и бег между предметами 2. Развивать координационные способности 3. Развивать ловкость, быстроту 4. Учить напрягать и расслаблять отдельные мышцы 5. Развивать интерес к занятиям физической культурой 				
	Планируемые результаты				
	Владеет основными видами движений и выполняет команды «вперед, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении.				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей.			
	ОРУ	Без предмета	С мячами	Без предмета	С обручем
	2-я часть Основные движения	1) Ходьба и бег между двумя параллельными линиями	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе. 3. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух

		<p>(длина – 3 м, ширина – 15 см).</p> <p>2) Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча).</p> <p>3) Ходьба и бег между двумя линиями (ширина – 10 см).</p> <p>4) Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.</p>	<p>стоя на коленях.</p> <p>3. Повтор подпрыгивания.</p> <p>4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу.</p>	<p>не касаясь руками пола.</p> <p>3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах.</p>	<p>ногах.</p>
	<p>3-я часть Подвижные Игры</p>	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»

Октябрь	Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
		Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить ориентировке в пространстве при изменении направления движения 2. Обучать толчку двумя ногами одновременно 3. Развивать выразительность и пластичность выполнения движения 4. Развивать умение управлять своим телом (равновесие, координация) 5. Воспитывать у детей интерес и желание выполнять физические упражнения 				
	Планируемые результаты				
	Знает о пользе утренней зарядки и зарядки после сна; ориентируется в пространстве при изменении направления движения, при ходьбе и беге между предметами; умеет выполнять дыхательные упражнения при ходьбе на повышенной опоре; выразительно и пластично выполняет движения игры «Мыши за котом».				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках.			
	ОРУ	Без предмета	Со скакалками	С мячами	Без предмета
	2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть. 2. Прыжки на 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча друг другу, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбрасывание мяча вверх двумя руками. 2. Подлезание под дуги. 3. Ходьба по гимнастической 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под шнур, с мячом в руках, не касаясь руками пола. 2. Прокатывание мяча по дорожке. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием предметов. 4. Игровое задание «Кто быстрее?» (прыжки на двух ногах с

		<p>двух ногах до предмета.</p> <p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах до шнура, перешагнуть и пойти дальше.</p>	<p>исходное положение – стоя на коленях.</p> <p>3. Прокатывание мяча по гимнастической скамейке.</p>	<p>скамейке с перешагиванием предметов.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах между набивными мячами положенными в две линии.</p>	<p>продвижением вперед).</p>
	<p>3-я часть Подвижные игры</p>	«Кот и мыши»	«Море волнуется»	«Найди и промолчи»	«Мыши за котом». (ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой)

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Ноябрь	Задачи			
	<p>1. Формировать осанку, укреплять мышечную систему</p> <p>2. Развивать координацию движений</p> <p>3. Укреплять здоровье детей</p>			

<p>4. Воспитывать положительное отношение к занятиям физической культурой</p> <p>5. Создавать положительный эмоциональный фон во время занятий физической культурой</p>				
Планируемые результаты				
<p>Знает о пользе закаливания; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учетом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперед, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняется ролями в процессе игры.</p>				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	<p>Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления, высоко поднимая колени, бег врассыпную, с остановкой на сигнал.</p>			
ОРУ	Без предмета	С мячами	Без предмета	С обручем

	<p>2-я часть Основные движения</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расстояние 1,5 метра). 3. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через предметы. 4. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 2 метра). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. 3. Ходьба по гимнастической скамейке. 4. Прыжки на двух ногах до кубика (расстояние 3 метра). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по канату (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой ноги, руки на поясе. 2. Прыжки через предметы (взмах рук.) 3. Ходьба по канату (по кругу). 4. Прыжки через предметы. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Игровое задание «Переправься через болото», «Сбей кеглю».
	<p>3-я часть Подвижные игры</p>	<p>«Быстрее к своему флажку»</p>	<p>«Найди себе пару»</p>	<p>«Пробеги тихо»</p>	<p>«Кот и мыши»</p>

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Декабрь	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать ориентировку в пространстве, быстроту реакции на сигнал 2. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений 3. Развивать общую и мелкую моторику 4. Воспитывать положительное отношение к занятиям ФК 5. Воспитывать внимание 				
	Планируемые результаты				
	Владеет техникой выполнения дыхательных упражнений и самостоятельно выполняет их, умеет выполнять дыхательные упражнения во время ходьбы и бега, соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег в колонне по одному, ходьба по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег в рассыпную с нахождением своего места в колонне.			
	ОРУ	Без предмета	С мячами	С обручем	С гимнастическими палками

	2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки со скамейки (20 см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25 см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба по ограниченной площади опоры 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. <p>Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз). 2. Ходьба по скамейке руки на поясе. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 	<ol style="list-style-type: none"> 5. Ходьба по гимнастической скамейке (на середине сделать поворот кругом). 6. Перепрыгивание через предметы на двух ногах. 7. Ходьба с перешагиванием через рейки высотой 25 см от пола.
	3-я часть Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«Море волнуется»	«Кот и мыши»
Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
Январь	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать динамическое равновесие 2. Развивать толчок с двух ног 3. Коррекция плоскостопия 				

4. Формирование правильной осанки 5. Воспитывать умение соблюдать правила игры				
Планируемые результаты				
Владеет умением двигаться между предметами, умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; знает понятие «дисциплина» и умеет ее соблюдать; владеет навыком самомассажа, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, враспынную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу, с выполнением заданий.			
ОРУ	С мячом	С косичкой	С обручем	Без предмета
2-я часть Основные движения	<ul style="list-style-type: none"> – Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками. – Прыжки на двух ногах (ноги врозь, ноги вместе) вдоль каната. – Ходьба на носках между кеглями, поставленными в один ряд. – Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отбивание мяча о пол (10-12 раз) фронтально по подгруппам. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях (2-3 раза). 3. Прыжки на двух ногах вдоль каната, перепрыгивая через него 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Ходьба между предметами, высоко поднимая колени. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пойти дальше, спрыгнув. 2. Перешагивание через кубики. 3. Ходьба с перешагиванием через гимнастические палки (высота 25 см от пола). 4. Перебрасывание мячей друг другу, стоя в шеренгах (руки внизу).

			слева и справа (2-3 раза).	спрыгнуть. 4. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»	
	3-я часть Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Быстрее к своему флажку»	«Пробеги тихо»	«Кот и мыши»

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Февраль	Задачи			
	1. Развивать равновесие 2. Учить выполнять упражнения в движении 3. Закреплять умение толкаться с двух ног 4. Повышать положительный эмоциональный фон 5. Воспитывать чувство товарищества			
	Планируемые результаты			
	Умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через предметы; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке проведения занятий и игр;			
	Виды детской деятельности			

	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между предметами. Бег в рассыпную.			
	ОРУ	Без предмета	С мячом	С гимнастическими палками	Без предмета
	2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 2. Прокатывание мяча между предметами. 3. Ходьба по скамейке на носках. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях. 3. Прыжки на двух ногах между предметами. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по наклонной доске на четвереньках. 2. Ходьба с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени. 3. Ходьба с перешагиванием через предметы. 4. Прыжки на правой и левой ноге с продвижением вперед (2 метра). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске. 2. Игровое задание «перепрыгни через ручеек». 3. Игровое задание «Пробеги по мостику» 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
3-я часть Подвижные игры	«Считай до трех». Ходьба в сочетании с прыжком на счет «три».	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному.	«Море волнуется»	«Быстрее к своему флажку»	

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
--------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

Март	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учить правильно держать осанку 2. Развивать координацию движений 3. Развивать ловкость, прыгучесть 4. Укреплять и развивать силу мышц ног, спины, живота, рук 5. Воспитывать интерес и желание выполнять физические упражнения 				
	Планируемые результаты				
	Умеет соблюдать правила безопасности во время ходьбы и бега, по наклонной доске; умеет проявлять инициативу в подготовке и уборке места проведения занятий и игр; умеет соблюдать правила подвижной игры.				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, подскоком, в рассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу). С выполнением заданий по сигналу.			
	ОРУ	С обручем	С малым мячом	Без предмета	С гимнастическими палками
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Перебрасывание мешочков через шнур. 3. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из- 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1 метр). 2. Ползание по гимнастической скамейке на 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки в стороны. 2. Перешагивание через шнуры (6-8), положенные в одну линию. 3. Лазание по 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске. 2. Перешагивание через предметы. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе, на середине доски перешагивать через набивной мяч. 	

		за головы (расстояние до шнура 2 метра). 4. Прокатывание мяча друг другу (сидя, ноги врозь)	животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	гимнастической стенке с продвижением вправо, спуск вниз. 4. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы, руки на поясе. 5. Прыжки на двух ногах через шнуры.	4. Прыжки на двух ногах через набивные мячи.
	3-я часть Подвижные игры	«Замри». Ходьба в колонне по одному с остановкой на счет «четыре»	«Быстрее к своему флажку»	«Найди и промолчи»	«Пробеги тихо»

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Апрель	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
	Задачи			
	1. Формировать умение метать в горизонтальную цель			

<ol style="list-style-type: none"> 2. Закрепить основные виды движений: прыжки, ходьба различными способами 3. Развивать толчковую силу ног 4. Учить напрягать и расслаблять отдельные группы мышц 5. Воспитывать уверенность в себе 				
Планируемые результаты				
Соблюдает правила безопасности во время метания мешочка и знает значение понятий «дальше, ближе»; умеет соблюдать дистанцию при построении и движении на площадке, выполняет команды «направо, налево, кругом», владеет техникой выполнения дыхательных упражнений; умеет выполнять упражнения ритмической гимнастики под счет.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; в рассыпную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием, в рассыпную между предметами не задевая их.			
ОРУ	Без предмета	С мячом	С «косичкой»	Без предмета
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места (фронтально). 2. Бросание мешочка в горизонтальную цель. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочков на дальность. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 3. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленным 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. 2. Прыжки в длину с места. 3. Метание мячей в вертикальную цель. 4. Прыжки на двух ногах до флажка между предметами, поставленными в один ряд.

			и в один ряд.	на середине – присесть, встать, пройти.	
	3-я часть Подвижные игры	«Быстрее к своему флажку»	«Считай до трех». Ходьба в сочетании с прыжком на счет «три».	«Найди себе пару»	«Море волнуется»

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Май	Задачи			
	1. Закреплять выполнение основных двигательных навыков 2. Развивать силу 3. Формировать умение понимать и принимать исходное положение, выполнять упражнения согласно тексту 4. Продолжать развивать умение правильно выполнять дыхательные упражнения 5. Коррекция плоскостопия 6. Воспитывать дружеские взаимоотношения			
	Планируемые результаты			
	Владеет навыками лазания по гимнастической стенке, соблюдает правила безопасности при спуске; умеет метать предметы правой и левой рукой; выполняет толчек двумя ногами при прыжках. Соблюдает правила игры.			
	Виды детской деятельности			
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег, между предметами; ходьба на носках, пятках, на внешней стороне стопы; с высоко поднятыми коленями; в полуприседе.		

	ОРУ	С мячами	Без предмета	С обручем	Без предмета
		2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через скакалку, на двух ногах на месте. 2. Перебрасывание мяча двумя руками снизу в парах (2-3 метра). 3. Метание правой и левой рукой на дальность. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Ползание на животе по гимнастической скамейке. Хват с боков. 3. Прыжки через скакалку. 4. Подвижная игра «Удочка». 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пойти дальше. 2. Прыжки на двух ногах между предметами. 3. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек.
3-я часть Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Пробеги тихо»	«По тропинке в лес». Ходьба в колонне по одному.	«Быстрее к своему флажку»	

Старшая группа

1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
Задачи				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить детей с основными правилами поведения в зале. 2. Формировать умение правильно выполнять основные виды движений 3. Развивать общие координационные способности 4. Укреплять и развивать силу мышц ног, спины, живота, рук 5. Воспитывать положительное отношение к занятиям физической культурой 				
Планируемые результаты				
Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры. Проявляет активность при участии в подвижных играх.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, в рассыпную, между предметами по сигналу, перестроение в три колонны, бег до 1 минуты с высоким подниманием коленей, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе.			
ОРУ	Без предмета	С гимнастической палкой	С обручем	С мячом
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами. 2. Перебрасывание 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбрасывание мяча вверх. 2. Перебрасывание мяча в парах, двумя руками. 3. Ходьба по гимнастической палке 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перешагивание через предметы. 2. Пролезание в обруч прямо, боком. 3. Ходьба по гимнастической 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, на предплечьях и коленях. 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед,

	<p>мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, после удара мяча об пол подбрасывать вверх двумя руками (не прижимая к груди).</p> <p>3. Бег в среднем темпе до одной минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках.</p>	«елочкой», руки на поясе.	<p>скамейке на пятках.</p> <p>4. Прыжки на двух ногах с мячиком между коленями.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической палке приставным шагом, руки на поясе.</p>	<p>змейкой.</p> <p>3. Бег в среднем темпе до одной минуты в чередовании с ходьбой, ползанием на четвереньках.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической палке «елочкой», руки на поясе.</p>
3-я часть Подвижные игры	«Охотники и утки».	«Удочка».	«Кто самый меткий?».	«Придумай фигуру».

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Октябрь	Задачи			
	<p>1. Развивать умение правильно выполнять основные виды движений.</p> <p>2. Учить толчку с двух ног.</p> <p>3. Развитие координации и равновесия.</p> <p>4. Поддерживать стремление к улучшению результатов выполнения физических упражнений.</p> <p>5. Воспитывать выдержку и организованность.</p>			

Планируемые результаты				
Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); координационно правильно выполняет физические упражнения; по словесной корректировке сам исправляет ошибки в движениях; проявляют выдержку и организованность на занятиях.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, с остановкой по сигналу, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе.			
ОРУ	С мячом	Без предмета	С «косичкой»	С гимнастической палкой
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на двух ногах через шнуры, прямо, боком. 2. Броски мяча двумя руками от груди. 3. Перебрасывание мяча друг другу руками из-за головы. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением различных заданий. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. 2. Прыжки на месте с выпрыгиванием вверх. 3. Переползание через препятствия. 4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под гимнастическую палку прямо 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Пролезание через три обруча (прямо, правым и левым боком). 2. Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 15-20 см). 3. Перелезание с преодолением препятствий. 4. Ходьба по гимнастической скамейке (различными способами). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мяча друг другу руками из-за головы. 2. Прыжки на месте с выпрыгиванием вверх. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением различных заданий. 4. Переползание через препятствия.

			и боком не касаясь пола.		
	3-я часть Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Придумай фигуру».	«Найди и промолчи».	«Эхо».

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Ноябрь	Задачи			
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать умение правильно выполнять основные виды движений. 2. Учить толчку с двух ног. 3. Закрепить основные виды движений: прыжки, ползание, подлезание, лазание, ходьба различными способами 4. Совершенствовать умение выполнять общеразвивающие упражнения 5. Воспитывать смекалку, внимание, интерес к занятию 			
	Планируемые результаты			
	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание); уверенно ходит по ограниченной плоскости, в беге и ходьбе изменяет темп и направление движения, уверенно выполняет броски и ловлю мяча, умеет работать в паре.			
	Виды детской деятельности			
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, с остановкой по сигналу, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе. Ходьба и бег с изменением направления.			

ОРУ	С «косичкой»	С мячом	С гимнастической палкой	Без предмета
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягивание двумя руками. 2. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на предплечье и колени. 3. Ловля мяча после подбрасывания и удара его об пол. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на месте, толчком с двух ног. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 3. Ходьба по гимнастической палке приставным шагом, руки на поясе. 4. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 5. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба в быстром и медленном темпе, с остановкой по сигналу. 2. Подлезание под шнуром боком, прямо, не касаясь руками пола. 3. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. 4. Прыжки на правой и левой ноге между предметами. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ловля мяча после подбрасывания и удара его об пол. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля после хлопка. 3. Прыжки на месте, толчком с двух ног. 4. Ходьба по гимнастической палке приставным шагом, руки в стороны.
3-я часть Подвижные игры	«Не оставайся на полу»	«Море волнуется»	«Удочка»	«Зайцы и волк»

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Декабрь	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать ориентировку в пространстве, быстроту реакции на сигнал 2. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений 3. Развивать общую и мелкую моторику 4. Воспитывать положительное отношение к занятиям ФК 5. Воспитывать внимание 				
	Планируемые результаты				
	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание); выполняет координационно сложные упражнения, укрепляются мышцы рук и верхнего плечевого пояса, активно работает в паре.				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, с остановкой по сигналу, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе. Ходьба и бег с изменением направления.			
	ОРУ	Без предмета	С гимнастической палкой	С обручем	С мячом
	2-я часть	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной по гимнастической стенке. 2. Ходьба по 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подбрасывание мяча двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Прыжки на правой и левой ноге до 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазание по гимнастической стенке до верха. 2. Лазание по гимнастической стенке, не 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске, закрепленной по гимнастической стенке. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь

	Основные движения	наклонной доске боком, приставным шагом. 3. Перешагивание через мешочки с высоким подниманием бедра.	обозначенного места. 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.	пропуская реек. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, с мешочком на голове. 4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине.	руками. 3. Прыжки на правой и левой ноге до обозначенного места
	3-я часть Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Фигурная ходьба»	«Море волнуется»	«Дождик»

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Январь	Задачи			
	1. Закрепить основные виды движений: прыжки, ползание, подлезание, лазание, ходьба различными способами 2. Развивать предметную ловкость, динамическое равновесие, координацию 3. Формировать навык выполнения заданий в паре, координируя свои действия и действия партнера 4. Воспитывать уверенность в себе			

Планируемые результаты				
Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание); выполняет координационно сложные упражнения, хорошо держит равновесие, активно работает в паре.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе. Ходьба и бег с изменением направления, с остановкой по сигналу и выполнением задания.			
ОРУ	Без предмета	С «косичкой»	С обручем	С мячом

<p>2-я часть Основные движения</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске. 2. Прыжки на правой, левой ноге между мешочками. 3. Стоя в шеренгах, перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 4. Ходьба по гимнастической палке приставным шагом, руки на поясе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание между предметами, подталкивая мяч головой. 2. Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу. 3. Пролезание в обруч боком. 4. Ходьба с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, руки в стороны. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазание по гимнастической стенке. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой. 3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Стоя в шеренгах, перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди. 2. Подбрасывание мяча вверх двумя руками снизу. 3. Ходьба с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, руки в стороны. 4. Ходьба по гимнастической палке приставным шагом, за головой.
<p>3-я часть Подвижные игры</p>	<p>«Море волнуется»</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>«Охотники и утки».</p>	<p>«Быстро передай» (в колонне).</p>

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Февраль	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Продолжать обучать ходить и бегать по залу, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными движениями рук и ног 2. Укреплять мышцы стопы и голени, способствовать формированию свода стопы 3. Развивать общие координационные способности 4. Закреплять умение соблюдать темп в ходьбе и беге 5. Воспитывать положительное отношение к занятиям физической культурой 				
	Планируемые результаты				
	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание); выполняет координационно сложные упражнения, хорошо держит равновесие, умеет метать в цель одной рукой, умеет ловить мяч одной рукой.				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе. Ходьба и бег с изменением направления, с остановкой по сигналу и выполнением задания.			
	ОРУ	С «косичкой»	Без предмета	С мячом	С гимнастической палкой
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске, бег (со страховкой), спуск шагом. 2. Перепрыгивание через мешочки толчком обеих ног прямо, правым и 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочка в вертикальную цель правой и левой рукой. 2. Подлезание под палку, затем перешагнуть 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Лазание по гимнастической стенке одним и разными способами. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по наклонной доске, бег (со страховкой). 2. Перепрыгивание через предметы толчком обеих ног прямо, правым и левым боком. 3. Метание мешочка в вертикальную цель правой и 	

		<p>левым боком.</p> <p>3. Ходьба по разным поверхностям (босиком).</p>	<p>через нее (высота 40 см).</p> <p>3. Прыжки на двух ногах через косички.</p> <p>4. Подбрасывание мяча одной рукой, ловля двумя руками.</p>	<p>приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки над головой.</p> <p>3. Прыжки с ноги на ногу между предметами, поставленными в один ряд.</p> <p>4. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.</p>	<p>левой рукой.</p>
	<p>3-я часть Подвижные игры</p>	<p>«Зима» (мороз – стоять, вьюга – бегать, снег – кружиться, метель - присесть).</p>	<p>«Не оставайся на полу».</p>	<p>«Хитрая лиса».</p>	<p>«Море волнуется».</p>
Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Март	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать умение понимать и правильно принимать исходные положения, выполнять упражнения согласно тексту 2. Развивать перекрестную координацию 3. Формировать умение метать в горизонтальную цель 4. Закрепить основные виды движений: прыжки, ползание, подлезание, ходьба различными способами 				

5. Воспитывать смекалку, внимание, интерес к занятию				
Планируемые результаты				
Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание); выполняет координационно сложные упражнения, хорошо держит равновесие, умеет метать в цель одной рукой, умеет ловить мяч одной рукой.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе. Ходьба и бег с изменением направления, с остановкой по сигналу и выполнением задания.			
ОРУ	С мячом	Без предмета	С «косичкой»	С гимнастической палкой
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове. 2. Прыжки из обруча в обруч 3. Перебрасывание мечей с отскоком от пола и ловля двумя руками. 4. Ходьба с перешагиванием через мешочки. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочков в цель правой и левой рукой. 2. Ползание на четвереньках между кеглями. 3. Прыжки на двух ногах между кеглями. 4. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, на середине присесть. 2. Прыжки правым и левым боком через косички, на одной и двух ногах. 3. Метание мешочка в горизонтальную цель 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на двух ногах между кеглями. 2. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, с мешочком на спине. 3. Подлезание под гимнастическую палку, не касаясь руками пола.

	3-я часть Подвижные игры	«Дождик»	«Фигурная ходьба»	«Хитрая лиса»	«Море волнуется»
--	---	----------	-------------------	---------------	------------------

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя													
Апрель	Занятия 1-3				Занятия 4-6				Занятия 7-9				Занятия 10-12				
	Задачи																
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать умение метать в горизонтальную цель 2. Закрепить основные виды движений: прыжки, ходьба различными способами 3. Развивать толчковую силу ног 4. Учить напрягать и расслаблять отдельные группы мышц 5. Воспитывать уверенность в себе 																
	Планируемые результаты																
	Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание); выполняет координационно сложные упражнения, хорошо держит равновесие, умеет метать в цель одной рукой, умеет ловить мяч одной рукой.																
	Виды детской деятельности																
	1-я часть Вводная		Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, враспынную, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе. Ходьба и бег с изменением направления, с остановкой по сигналу и выполнением задания.														
	ОРУ		Без предмета				С «косичкой»				С гимнастической палкой				С мячом		
2-я часть Основные		1. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом				1. Прокатывание обруча друг другу.				1. Лазание по гимнастической стенке одним				1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.			

	движения	<p>на 360 градусов на середине, продолжить движение.</p> <p>2. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком.</p> <p>3. Подбрасывание маленького мяча одной рукой и ловля одной.</p>	<p>2. Пролезание в обруч.</p> <p>3. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.</p> <p>4. Метание мешочков в вертикальную цель.</p>	<p>способом.</p> <p>2. Прыжки через косички слева и справа, продвигаясь вперед.</p> <p>3. Ходьба по канату боком.</p> <p>Приставным шагом с мешочком на голове.</p>	<p>2. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 360 градусов на середине, продолжить движение.</p> <p>3. Прыжки из обруча в обруч на двух ногах правым и левым боком.</p>
	3-я часть Подвижные игры	«Зима» (мороз – стоять, вьюга – бегать, снег – кружиться, метель - присесть).	«Не оставайся на полу».	«Удочка».	«Море волнуется».
Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
Май	Задачи				
	<p>1. Закрепить основные виды движений: прыжки, ходьба различными способами</p> <p>2. Развивать умение работать в паре</p> <p>3. Развивать толчковую силу ног</p> <p>4. Учить напрягать и расслаблять отдельные группы мышц</p> <p>5. Воспитывать умение соблюдать правила игры</p>				

Планируемые результаты

Владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание); выполняет координационно сложные упражнения, хорошо держит равновесие, умеет согласованно работать в паре.

Виды детской деятельности

1-я часть Вводная Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег по одному, на носках, пятках, врассыпную, бег до 1 минуты, проверка осанки, ходьба в медленном, обычном и среднем темпе. Ходьба и бег с изменением направления, с остановкой по сигналу и выполнением задания.

ОРУ	С «косичкой»	С мячом	Без предмета	С гимнастической палкой
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мешочки лицом, боком. 2. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах. 3. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока от пола. 	<ul style="list-style-type: none"> – Ползание по скамейке «по-медвежьи». – Подлезание под гимнастическую палку. – Перебрасывание мяча друг другу от груди. 4. Прыжки через косички слева и справа, продвигаясь вперед. 	<ul style="list-style-type: none"> – Ходьба, ударяя мячом о пол, и ловля его двумя руками. – Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. – Ходьба с перешагиванием через набивные мешочки по скамейке. – Прыжки на левой и правой ноге между кеглями. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки с продвижением вперед, с ноги на ногу, на двух ногах 2. Перебрасывание мяча друг другу от груди. 3. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.

	3-я часть Подвижны е игры	«Охотники и утки».	«Удочка».	«Кто самый меткий?».	«Придумай фигуру».
--	--	--------------------	-----------	----------------------	--------------------

Подготовительная группа

Месяц	1-я неделя		2-я неделя		3-я неделя		4-я неделя	
	Занятия 1-3		Занятия 4-6		Занятия 7-9		Занятия 10-12	
Сентябрь	Задачи							
	1. Познакомить детей с основными правилами поведения в зале. 2. Формировать умение правильно выполнять основные виды движений 4. Развивать общие координационные способности 5. Укреплять и развивать силу мышц ног, спины, живота, рук 6. Воспитывать положительное отношение к занятиям физической культурой							
	Планируемые результаты							
	Ходят и бегают в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходят по гимнастической скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч; перебрасывают мяч друг другу: двумя руками снизу, из-за головы (расстояние 3 м).							
	Виды детской деятельности							
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба в колонне по одному в чередовании с бегом (10 м- ходьба, 20 м- бег); бег враспынную; ходьба и бег с различным положением рук, с четким поворотом на углах; бег до 60 с; перестроение в колонну по три.						
	ОРУ	Без предмета		С обручем		С гимнастической палкой		С мячом

<p>2-я часть Основные движения</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке прямо, приставляя пятку носку (с мешком на голове) 2. Прыжки на двух ногах через шнур. 3. Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом через мячи. 4. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние 3 м) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подлезание под шнур правым и левым боком. 2. Перебрасывание мячей друг другу двумя способами (расстояние 4 метра). 3. Упражнение «Крокодил» 4. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (положение в шахматном порядке) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бросание малого мяча вверх (правой и левой рукой), ловля двумя руками. 2. Ползание на животе, подтягиваясь руками 3. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками на каждый раз под ногой, на середине скамейки – поворот, приседание и ходьба до конца снаряда. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бросание малого мяча вверх (правой и левой рукой), ловля двумя руками. 2. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы (расстояние 3 м) 3. Ходьба по гимнастической скамейке с хлопками на каждый раз под ногой, на середине скамейки – поворот, приседание и ходьба до конца снаряда.
<p>3-я часть Подвижные игры</p>	<p>«Кто быстрее доберется до флажка?»</p>	<p>«Не оставайся на полу»</p>	<p>«Найди и промолчи»</p>	<p>«Быстро передай» (боком)</p>

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Октябрь	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
	Задачи			
	1. Учить правильно держать осанку, напрягать и расслаблять мышцы 2. Развивать координацию движений и равновесие 4. Развивать ловкость, прыгучесть 5. Укреплять и развивать силу мышц ног, спины, живота, рук 6. Воспитывать интерес и желание выполнять физические упражнения			
	Планируемые результаты			
	Ходят и бегают в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа на сигнал; ходят по гимнастической скамейке прямо, приставным шагом, боком, с приседаниями, на носках, с мешочком на голове; выпрыгивают вверх из глубокого приседа; водят мяч: по прямой, сбоку, между предметами, по полу, подталкивая мяч головой, отбивают мяч от пола одной рукой; удерживают равновесие на носках.			
	Виды детской деятельности			
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег в колонне по одному, «змейкой», с перешагиванием через предметы, высоко поднимая колени, со сменой темпа, на сигнал; ходьба и бег между линиями. Бег в среднем темпе до 1,5 минут.		
	ОРУ	С мячами	Без предмета	С обручем

	<p>2-я часть Основные движения</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке на носках, руки за голову, на середине присесть и пойти дальше; боком, приставным шагом с мешком на голове. 2. Прыжки через шнур и вдоль на двух ногах, на правой (левой) ноге 3. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки с высоты (40 см). 2. Отбивание мяча одной рукой на месте. 3. Ведение мяча, стоя на месте. 4. Пролезание через три обруча, в обруч прямо и боком. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. 2. Ходьба по рейке гимнастической скамейки, руки за головой, с мешочком на голове. 3. Прыжки вверх из глубокого приседа 4. Бросание малого мяча вверх, ловля двумя руками, перебрасывание друг другу 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отбивание мяча одной рукой на месте. 2. Ведение мяча: по прямой подталкивая мяч головой. 3. Прыжки вверх из глубокого приседа
	<p>3-я часть Подвижные игры</p>	<p>«Стоп»</p>	<p>«Фигуры»</p>	<p>«Охотники и утки»</p>	<p>«Кто самый меткий?»</p>

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя				
Ноябрь	Занятия 1-3		Занятия 4-6		Занятия 7-9		Занятия 10-12	
	Задачи							
	1. Формировать умение понимать и правильно принимать исходные положения, выполнять упражнения согласно тексту. 3. Решать задачи коррекционной работы по профилактике плоскостопия, опорно-двигательного аппарата. 4. Развивать координационные способности 5. Формировать умение метать в горизонтальную цель 6. Закрепить основные виды движений: прыжки, ползание, подлезание, лазание, ходьба различными способами 7. Воспитывать смекалку, внимание, интерес к занятию							
	Планируемые результаты							
	Испытывают потребность в ежедневной двигательной деятельности; лазают по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях, перелезают с одного пролета на другой в любую сторону на разных уровнях; ходят по гимнастической скамейке прямо; боком приставным шагом, с перешагиванием через предметы, с поворотами, с приседаниями; на носках; с мешочком на голове; чередуют лазанье и ползание с бегом и прыжками; бросают предметы в цель из разных И.П. , попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м.							
	Виды детской деятельности							
	1-я часть Вводная		Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег в колонне по одному, врассыпную, парами, с ускорением, «змейкой», между предметами, с преодолением препятствий, по канату. Перестроение в колонну по два в движении. Бег в среднем темпе до 1,5 мин. Ходьба с выполнением заданий.					
	ОРУ	Без предмета	Со скакалками	С мячами		Без предмета		

	<p>2-я часть Основные движения</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по канату боком приставным шагом. 2. Прыжки через шнуры. 3. Эстафета «Мяч водящему». 4. Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через короткую скакалку с вращением ее вперед. 2. Ползание под шнур боком 3. Прокатывание обруча друг другу 4. «Попади в корзину» (баскетбольный вариант, расстояние 3 метра) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 2. Метание горизонтальные цели (расстояние 4 метра) 3. Влезание на гимнастическую стенку и переход на другой пролет по диагонали. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, перешагивая через кубики, руки на поясе. 2. Ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине. 3. Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур.
	<p>3-я часть Подвижные игры</p>	<p>«Перелет птиц»</p>	<p>«Мышеловка»</p>	<p>«Рыбак и рыбки»</p>	<p>«Быстро передай» (в колонне).</p>

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Декабрь	Занятия 1-3		Занятия 4-6		
	Занятия 7-9		Занятия 10-12		
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать навык держать осанку 2. Закреплять умение соблюдать темп в ходьбе и беге 3. Развивать общую моторику, координацию движений 4. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость 5. Совершенствовать умение выполнять общеразвивающие упражнения 6. Способствовать развитию интереса к различным видам двигательной деятельности 				
	Планируемые результаты				
	Ходят по гимнастической скамейке, приседая поочередно на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, перебрасывают мяч друг другу из-за головы, стоя в шеренгах (расстояние 3 метра), отбивают мяч в движении. Лазают по гимнастической стенке с перелезанием с пролета на пролет, прыгают на двух ногах через шнуры, обручи.				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба с выполнением движений руками; с поворотом влево и вправо, в другую сторону по сигналу. Перестроение в ходьбе «один-два». Бег враспынную, с преодолением препятствий (6-8 брусков), между набивными мячами.			
	ОРУ	Без предмета	С мячами	С гимнастическими палками	С обручем
	2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба в колонне по одному. 2. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки на правой и левой ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по скамейке на встречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу. 2. Прыжки на двух 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по скамейке на встречу друг другу, на середине разойтись, помогая друг другу. 2. Ходьба по

		<p>3. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правую и левую ноги.</p> <p>4. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p>	<p>стоя в шеренгах (расстояние 3 метра).</p> <p>3. Упражнение «Крокодил».</p> <p>4. Отбивание мяча в ходьбе.</p> <p>5. Подбрасывание малого мяча вверх и ловля его после отскока от пола («Быстрый мячик»).</p>	<p>ногах через шнуры, обручи.</p> <p>3. Переползание по прямой – «Крокодил» (расстояние – 3 метра).</p> <p>4. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.</p> <p>5. Перебрасывание мяча двумя руками, ловля его после хлопка.</p>	<p>гимнастической скамейке с приседанием поочередно на правую и левую ноги.</p> <p>3. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги.</p>
	3-я часть Подвижные игры	«Ловля обезьян», эстафета «Передал - садись»	«Перемени предмет», «Летает - предмет»	«Два Мороза», «Пройди бесшумно»	«Хитрая лиса».

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Январь	Задачи			
	<p>1. Закрепить умение метать в горизонтальную цель</p> <p>2. Закрепить основные виды движений: прыжки, ползание, подлезание, лазание, ходьба различными способами</p>			

<p>3. Развивать предметную ловкость, динамическое равновесие, координацию, толчковую силу ног</p> <p>4. Учить напрягать и расслаблять отдельные группы мышц</p> <p>5. Формировать навык выполнения заданий в паре, координируя свои действия и действия партнера</p> <p>6. Воспитывать уверенность в себе</p>				
Планируемые результаты				
<p>Ходьба приставными шагами вперед и назад, в колонне по одному, перестраиваются в колонну по двое в разных направлениях: по прямой с поворотами; «змейкой» и врассыпную, по гимнастической скамейке (перешагивая через набивные мячи), по канату боком приставными шагами с мешочком на голове; прыгают через короткую скакалку с продвижением вперед; метают в вертикальную цель; выполняют правильно все виды основных движений</p>				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	<p>Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба в колонне по одному приставными шагами с левой и правой ног попеременно, перестроение в колонну по два, в чередовании с бегом, «змейкой», в полуприседе, врассыпную. Бег «змейкой» с поворотом на сигнал, с высоким подниманием колен, подскоки, шаг «голова по кругу». Повороты налево, направо</p>			
ОРУ	Без предмета	С мячом	С гимнастическими палками	Без предмета
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мешочков в вертикальную цель с расстояния 3 метра. 2. Подлезание под палку (40 см). 3. Перешагивание через шнур (40 см). 4. Ползание по скамейке с 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки с места (толчком двух ног). 2. Прыжки с разбега (3 шага). 3. Ведение мяча попеременно правой и левой руками (стоя на месте). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы. 2. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 3. Влезание на 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками 2. Отбивание мяча правой и левой руками в движении. 3. Влезание на гимнастическую стенку одноименным

		мешочком на спине. 5. Отбивание мяча правой и левой руками в движении. 6. Прыжки на правой и левой ногах в движении. 7. Перебрасывание мяча друг другу от груди двумя руками	4. Переползание по скамейке с мешочком на спине, с чередованием, с подлезанием в обруч.	гимнастическую стенку одноименным способом. 4. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. 5. Ходьба по канату боком приставными шагами с мешочком на голове.	способом. 4. Ходьба по канату боком приставными шагами с мешочком на голове.
	3-я часть Подвижные игры	«Кто скорее доберется до флажка?», «Что именилось?»	«Ловишки с ленточкой»	«Горшки», «Волк во рву»	«Снайперы» (кегли, мячи). «Мороз – красный нос».

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Февраль	Задачи			
	1. Формировать навык держать осанку, укреплять мышечную систему 2. Закреплять умение соблюдать темп в ходьбе и беге 3. Развивать общую моторику, координацию движений 4. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость 5. Совершенствовать умение выполнять общеразвивающие упражнения			

6. Воспитывать усидчивость, внимание, упорство при достижении результата, интерес к игровым упражнениям				
Планируемые результаты				
Ходят с остановкой по сигналу, с изменением направления, между предметами, в рассыпную. Перестраиваются в колонны по двое и по трое, ходят по канату боком приставным шагом, в сочетании с другими видами движений; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; прыгают последовательно через набивные мячи; пролезают в обруч, пролезают под гимнастическую скамейку; бросают мяч вверх и ловят его руками.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба с остановкой по сигналу «Фигура!», с изменением направления, между предметами, в рассыпную. Бег в умеренном темпе до 1,5 минут. Перестроение в колонны по два и по три. Ходьба по канату боком приставными шагами.			
ОРУ	С мячом	С косичкой	С обручем	Без предмета
2-я часть Основные движения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. 2. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед. 3. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. 4. Ходьба по гимнастической скамейке боком 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через набивные мячи (6-8 шт.). 2. Метание в горизонтальную цель с расстояния 4 м. 3. Ползание по скамейке с мешочком на спине. 4. Прыжки с мячом, зажатым между колен (5-6 м.). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками, стоя в шеренгах (расстояние 3 м.). 2. Пролезание в обруч (3 шт.) поочередно прямо и боком. 3. Ходьба на носках между набивными мячами, пролезание между рейками. 4. Лазание по 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, руки за голову. 2. Ползание на животе с подтягиванием двумя руками за край скамейки. 3. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками, стоя в шеренгах (расстояние 3 м.). 4. Прыжки на двух ногах с промежуточным подскоком.

		приставным шагом, руки за голову. 5. Бросание мяча с произведением хлопка. 6. Прыжки через скакалку с промежуточным подскоком.	5. Ползание на животе с подтягиванием двумя руками за край скамейки. 6. Пролезание в обруч, не касаясь верхнего края обруча.	гимнастической стенке. 5. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с мешком на голове.	
	3-я часть Подвижные Игр	«Не попадись», «Эхо»	«Ловишка, лови ленту»	«Охотники и звери», «Кто ушел?»	«Ловишки с мячом». «Пробеги – не задень»

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
Март	Задачи			
	1. Укреплять мышцы стопы и голени, способствовать формированию свода стопы 2. Продолжать обучать ходить и бегать по залу, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными движениями рук и ног 3. Развивать общие координационные способности 4. Укреплять и развивать силу мышц ног, спины, живота, рук 5. Закреплять умение соблюдать темп в ходьбе и беге 6. Воспитывать положительное отношение к занятиям физической культурой			

Планируемые результаты				
Выполняют правильно все виды основных движений: ходят в сочетании с другими видами движений, прыгают в длину с места, пролезают в обруч разными способами, метают и лазают; активно двигают кистями рук при броске; соблюдают заданный темп в ходьбе и беге, умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый второй, соблюдать интервалы во время передвижения, ориентируются в пространстве.				
Виды детской деятельности				
1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба и бег в чередовании (ходьба – 10 м, бег – 20 м), в рассыпную; строевые упражнения; перестроение в колонны по одному и по два в движении. Ходьба и бег через набивные мячи, с изменением направления движения; до 2,5 мин. Построение в три колонны на счет «раз-два-три»; бег до 3 мин; ходьба и бег «змейкой»			
ОРУ	Без предмета	С мячом	С «косичкой»	Без предмета

	<p>2-я часть Основные движения</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по рейке гимнастической скамейки: приставляя пятки к носку другой ноги, руки за голову; с мешочком на голове, руки на поясе. 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая его справа и слева; поочередно на правой и левой ноге. 3. Бросание мяча вверх, ловля с произведением хлопка; с поворотом кругом. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места. 2. Метание в вертикальную цель левой и правой руками. 3. Лазание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 4. Пролезание под шнур (высота 40 см), не касаясь руками пола. 5. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Метание мячей в горизонтальную цель на очки (2 команды). 2. Пролезание в обруч в парах. 3. Прокатывание обручей друг другу. 4. Вращение обруча на кисти руки. 5. Вращение обруча на полу. 6. Лазание по гимнастической стенке изученным способом. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с места. 2. Лазание по гимнастической стенке изученным способом. 3. Ходьба по скамейке боком приставным шагом с мешочком на голове, руки на поясе. 4. Пролезание в обруч в парах.
	<p>3-я часть Подвижные Игры</p>	<p>«Кто скорее доберется до флажка?», «Эхо».</p>	<p>«Горелки», «Придумай фигуру».</p>	<p>«Жмурки», «Стоп».</p>	<p>«Через болото по кочкам» (из обруча в обруч).</p>

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Апрель	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12	
	Задачи				
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закреплять умение метать в вертикальную и горизонтальную цель 2. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений 3. Развивать ориентировку в пространстве, быстроту реакции на сигнал 4. Формировать навык выполнения заданий в паре, координируя свои действия и действия партнера 5. Учить ведению мяча, ведению мяча между предметами 6. Воспитывать выдержку, организованность, инициативность 				
	Планируемые результаты				
	<p>Могут бросать предметы в цель из разных И.П., попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, выполняют физические упражнения из разных И.П. четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции; прыгают через короткую и длинную скакалку разными способами; совершенствуют технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.</p>				
	Виды детской деятельности				
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Ходьба с изменением направления; с ускорением и замедлением движений по сигналу; «улитка» - ходьба в два круга во встречном направлении; бег со средней скоростью до 80 м (1,5 мин); бег с перешагиванием через шнуры; ходьба в рассыпную, по сигналу построение в колонну по одному, перестроение под счет «раз - два».			
	ОРУ	С гимнастическими палками	С обручем	Без предмета	С «косичкой»
2-я часть Основные движения	1. Ходьба парами по двум параллельным скамейкам.	1. Прыжки через гимнастическую палку с одной ноги на другую;	1. Ходьба с выполнением заданий руками. 2. Метание мешочка в	1. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине	

		<p>2. Прыжки на двух ногах по прямой с мешочком, зажатым между коленей.</p> <p>3. Метание мешочков в горизонтальную цель.</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке навстречу другу, на середине разойтись.</p> <p>5. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы.</p>	<p>на двух ногах.</p> <p>2. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину.</p> <p>3. Ведение мяча между предметами.</p> <p>4. Прыжки через скамейку с продвижением вперед.</p> <p>5. Прыжки в длину с разбега</p>	<p>вертикальную цель правой и левой руками от плеса (4 м).</p> <p>3. Лазание по гимнастической скамейке с мешочком на спине – «Кто быстрее?».</p> <p>4. Прыжки через скакалку произвольным способом.</p> <p>5. Ходьба по рейке гимнастической скамейки.</p> <p>6. Ходьба боком приставным шагом по канату.</p> <p>7. Прыжки в длину с разбега.</p>	<p>разойтись.</p> <p>2. Ведение мяча между предметами.</p> <p>3. Прыжки через скакалку произвольным способом.</p> <p>4. Прыжки в длину с разбега</p> <p>5. Ходьба боком приставным шагом по канату.</p>
	3-я часть Подвижные Игры	«Ловля обезьян», «Пройди – не задень»	«Прыгни - присядь», «Стоп»	«Охотники и утки»	«Рыбак и рыбаки». «Ловишки с ленточкой».

Месяц	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Май	Занятия 1-3	Занятия 4-6	Занятия 7-9	Занятия 10-12
	Задачи			
	7. Формировать навык выполнения заданий в паре, координируя свои действия и действия партнера 8. Развивать способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений 9. Формировать умение понимать и принимать исходное положение, выполнять упражнения согласно тексту 10. Продолжать развивать умение правильно выполнять дыхательные упражнения 11. Решение задач коррекционной работы по профилактике плоскостопия, опорно-двигательного аппарата 12. Воспитывать дружеские взаимоотношения			
	Планируемые результаты			
	Согласуют ритм движений с музыкальным сопровождением; бегают со средней скоростью и на скорость; могут перебрасывать набивные мячи; прыгают в длину с разбега; упражняются в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений; участвуют в играх с элементами спорта.			
	Виды детской деятельности			
	1-я часть Вводная	Активация БАД (биологически активных точек). Повторить разные виды ходьбы и бега; ходьбу и бег с перешагиванием через предметы; строевые упражнения.		
ОРУ	С обручем	С малым мячом	Без предмета	С гимнастическими палками

<p>2-я часть Основные движения</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с мячом в руках; на каждый шаг – передача мяча перед собой и за спину. 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Метание набивного мяча. 4. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бег на скорость (30 метров). 2. Прыжки в длину с разбега. 3. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние – 4м); двумя руками от груди. 4. Ведение мяча ногой по прямой. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки через скакалку. 2. Подвижная игра «передача мяча в колонне». 3. Бег со средней скоростью на расстояние 100 метров. 4. Ведение мяча и забрасывание его в корзину. 5. Переползание на двух руках – «Крокодил» 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ходьба по гимнастической скамейке с выполнением хлопка под коленом на каждый шаг. 2. Перебрасывание мяча в шеренгах двумя руками из-за головы (расстояние – 4м); двумя руками от груди. 3. Переползание на двух руках – «Крокодил»
<p>3-я часть Подвижные игры</p>	<p>«Мышеловка»</p>	<p>«Лодочки и пассажиры», «Запрещенное движение»</p>	<p>«Прыгни - присядь»</p>	<p>«Кто быстрее?» (бег). «Кто дальше прыгнет?»</p>

В части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений, представлена парциальная образовательная программа, которая реализуется инструктором по физической культуре совместно с воспитателями:

- *И.А. Лыкова «Мир Без Опасности» - парциальная образовательная программа для детей дошкольного возраста (реализуется в младшей, средней, старшей и подготовительной группах), раздел «Витальная безопасность».*

2.3 Расписание занятий групп:

Расписание занятий по физической культуре на 2024 – 2025 год

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	9.50 – 10.10 Средняя группа «Радуга»		10.30 – 10.50 Средняя группа «Радуга»	9.00 – 9.20 Средняя группа «Радуга»
	10.20 – 10.45 Старшая группа «Капелька»			9.35 – 10.00 Старшая группа «Капелька»
			15.20 – 15.45 Старшая группа «Капелька»	10.05 – 10.35 Подготов. группа «Солнышко»
	15.30 – 16.00 Подготов. группа «Солнышко»		15.50 – 16.20 Подготов. группа «Солнышко»	10.40 – 11.10 Подготов. группа «Улыбка»
	16.05 – 16.35 Подготов. Группа «Улыбкаа»		16.30 – 17.00 Подготов. Группа «Улыбка»	

2.4. Планирование взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся

СРОК		ФОРМА РАБОТЫ
I ТРИМЕСТР	СЕНТЯБРЬ	Консультация. (Рекомендация по приобретению спортивной формы для образовательной деятельности). Раздаточный материал в группах (памятка). Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании.
	ОКТЯБРЬ	Консультация. Познакомить родителей с важностью значения «режима дня для здоровья ребенка».
	НОЯБРЬ	Размещение информации в групповых социальных сетях. Познакомить родителей с комплексом физических упражнений для увеличения двигательной активности детей.
II ТРИМЕСТР	ДЕКАБРЬ	Консультация. (Как выбрать дополнительные занятия спортом, которые будут соответствовать темпераменту ребенка).
	ЯНВАРЬ	Размещение информации в групповых социальных сетях. Расширять представления родителей о важности здорового образа жизни.
	ФЕВРАЛЬ	Проведение спортивного праздника, посвящённого «Дню защитника Отечества». (Побуждать родителей к активному участию в жизни ребенка).
III ТРИМЕСТР	МАРТ	Индивидуальные консультации. (Формировать знание родителей о физическом развитии детей и особенностях их ребенка).
	АПРЕЛЬ	Размещение информации в групповых социальных сетях. (Ознакомить родителей о важности профилактики и коррекции плоскостопия).
	МАЙ	Консультация. Отчет о достижениях на конец года. Познакомить родителей с подвижными играми и формами их организации в выходные дни. Подведение итогов физкультурно-оздоровительной работы.

2.5. Планирование взаимодействия с педагогами

Взаимодействие с воспитателями

Воспитатель на занятиях по физической культуре оказывает помощь по различным вопросам физического развития воспитанников. Воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и основных видов движений ребенка.

Разрабатывает и организует информационную работу с родителями.

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыкальный руководитель оказывает помощь в подборе музыкальных произведений на занятия по физической культуре, а также спортивные праздники и развлечения.

Взаимодействие с логопедом

По рекомендации логопеда в занятия включаются упражнения на дыхание, координацию движений, на развитие мелкой моторики. Активно применяются логоритмические упражнения.

Взаимодействие с медицинскими работниками

Основными проблемами, требующие совместной деятельности является физическое состояние детей, посещающих детский сад. После оценки физического развития и здоровья детей врач и медицинская сестра дают рекомендации по состоянию групп здоровья воспитанников и о возможные противопоказания к занятиям физической культурой.

2.6. Коррекционно-развивающая работа

Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития обучающихся с ЗПР предполагает реализацию программы коррекционно-развивающей работы, описанной в п.2.1.4. «Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития обучающихся с ЗПР, предусмотренной Программой коррекционно-развивающей работы» Программы (*стр. 51-60 Программы*).

<http://sad145.my1.ru/index/obrazovanie/0-7>

Коррекционно-развивающая и профилактическая работа с детьми с ЗПР пронизывает все образовательные области, предусмотренные Стандартом. Содержание коррекционной работы определяется как с учетом возраста обучающихся, так (и прежде всего) на основе выявления их достижений, образовательных трудностей и недостатков в развитии.

Ведущая роль в организации коррекционно-развивающей работы принадлежит учителю-дефектологу, учителю-логопеду. Но успешность и эффективность работы с детьми с ЗПР напрямую зависит от того, насколько тесно организовано взаимодействие учителей-логопедов, учителей дефектологов с воспитателями группы, с инструктором по физической культуре и с музыкальным руководителем. Немаловажное значение отводится и систематической работе по развитию у детей с ЗПР неречевых процессов, в том числе внимания, памяти, мышления, общей, мелкой и артикуляционной моторики, дыхания и голоса. Упражнения такого плана включаются инструктором по физической культуре в занятия и способствуют устранению речевых недостатков

Задачи и педагогические условия реализации коррекционной работы в каждой образовательной области, для обучающихся в возрасте от четырех до семи-восьми лет, представлены в файловом каталоге электронных документов в формате Word (ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Программы)

Папка [«Коррекционно-развивающая работа в соответствии с ФАОП ДО»](#) (ПРИЛОЖЕНИЕ 1) включает пять файлов, представляющих карты по созданию условий коррекционной направленности в по каждой образовательной области без возрастной периодизации. Задачи и педагогические условия реализации программы в образовательной области физического развития представлены в п.5.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Режим дня

Режим дня в средней группе обучающихся с ЗПР «Радуга» в 2024-2025 учебном году

(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 31 мая)

Вид деятельности в режиме дня	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками, «Утренний круг». Индивидуальная работа.	08.00 - 08.20	20 мин
Утренняя гимнастика.	08.20 - 8.30	10 мин
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	08.30 - 08.55	25 мин
Игры. Подготовка к занятиям.	08.55 - 09.00	5 мин
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут. /Индивидуальные и подгрупповые занятия со специалистами с 9.00 до 11.30/	09.00 – 10.50	40 мин
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания	10.00 - 10.20	20 мин
Свободная игра. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность детей со сверстниками.	10.20 – 10.50	30 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	10.50 – 12.10	1ч 20 мин
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Дежурство.	12.10 – 12.25	15 мин
Обед	12.25 - 12.45	20 мин
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 – 15.15	2ч 30 мин
Постепенный подъём, корректирующая гимнастика, воздушные ванны.	15.15 - 15.35	10 мин
Подготовка к полднику. Полдник.	15.35 - 15.55	20 мин
Индивидуальная коррекционная работа с детьми. Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы	15.55 - 16.40	45 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	16.40 - 18.00	1ч 20 мин

**Режим дня в старшей группе обучающихся с ЗПР «Капелька»
в 2024-2025 учебном году**

(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 31 мая)

Вид деятельности в режиме дня	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками, «Утренний круг». Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	08.00 - 08.20	20 мин
Утренняя гимнастика.	08.20 - 8.30	10 мин
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	08.30 - 08.55	25 мин
Игры. Подготовка к занятиям.	08.55 - 09.00	5 мин
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерыв между занятиями – 10 мин. /Индивидуальные и подгрупповые занятия со специалистами с 9.00 до 12.00/	09.00 – 10.00	50 мин
Свободная игра. Самостоятельная деятельность. Совместная деятельность детей со сверстниками.	10.00 - 10.20	20 мин
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания	10.20 - 10.40	20 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	10.40 – 12.20	1ч 40 мин
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Дежурство.	12.20 – 12.30	10 мин
Обед	12.30 - 12.45	15 мин
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 – 15.15	2ч 30 мин
Постепенный подъём, коррегирующая гимнастика, воздушные ванны.	15.15 - 15.25	10 мин
Подготовка к полднику. Полдник.	15.25 - 15.40	15 мин
Занятие. Организованная детская деятельность. /3-е занятие в день по расписанию/	15.40 – 16.05	25 мин
Индивидуальная коррекционная работа с детьми. Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы	16.05 - 16.40	35 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	16.40 - 18.00	1ч 20 мин

**Режим дня в подготовительной группе обучающихся с ЗПР «Солнышко»
в 2024-2025 учебном году**
(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 31 мая)

Вид деятельности в режиме дня	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками, «Утренний круг». Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	08.00 - 08.20	20 мин
Утренняя гимнастика.	08.20 - 8.30	10 мин
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	08.30 - 08.55	25 мин
Игры. Подготовка к занятиям.	08.55 - 09.00	5 мин
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерыв между занятиями – 10 мин. /Индивидуальные и подгрупповые занятия со специалистами с 9.00 до 12.00/	09.00 – 10.40	90 мин
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания	10.50 – 11.00	10 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	11.00 – 12.25	1ч 35 мин
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Дежурство.	12.25 – 12.35	10 мин
Обед	12.35 - 12.45	10 мин
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 – 15.15	2ч 30 мин
Постепенный подъём, коррегирующая гимнастика, воздушные ванны.	15.15 - 15.25	10 мин
Подготовка к полднику. Полдник.	15.25 - 15.40	15 мин
Занятие. Организованная детская деятельность. /3-е занятие в день по расписанию/	15.40 – 16.10	30 мин
Индивидуальная коррекционная работа с детьми. Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы	16.10 - 16.50	40 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	16.50 - 18.00	1ч 10 мин

**Режим дня в подготовительной группе обучающихся с ЗПР «Улыбка»
в 2024-2025 учебном году**
(организация жизни и пребывания детей в холодный период с 1 сентября по 31 мая)

Вид деятельности в режиме дня	Время	Длительность
Приём детей, осмотр, термометрия, совместная самостоятельная деятельность детей со сверстниками, «Утренний круг». Артикуляционная и пальчиковая гимнастика.	08.00 - 08.20	20 мин
Утренняя гимнастика.	08.20 - 8.30	10 мин
Подготовка к завтраку. Завтрак. Воспитание культурно-гигиенических навыков.	08.30 - 08.55	25 мин
Игры. Подготовка к занятиям.	08.55 - 09.00	5 мин
Занятия. Организованная детская деятельность. Гимнастика в процессе занятия – 2 минуты. Перерыв между занятиями – 10 мин. /Индивидуальные и подгрупповые занятия со специалистами с 9.00 до 12.00/	09.00 – 10.40	90 мин
Второй завтрак. Обучение культуре еды. Навыки самообслуживания	10.50 – 11.00	10 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка (подвижные игры, физические упражнения, индивидуальная работа по развитию движений, наблюдения, труд).	11.00 – 12.25	1ч 35 мин
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду. Дежурство.	12.25 – 12.35	10 мин
Обед	12.35 - 12.45	10 мин
Подготовка ко сну, дневной сон.	12.45 – 15.15	2ч 30 мин
Постепенный подъём, корректирующая гимнастика, воздушные ванны.	15.15 - 15.25	10 мин
Подготовка к полднику. Полдник.	15.25 - 15.40	15 мин
Занятие. Организованная детская деятельность. /3-е занятие в день по расписанию/	15.40 – 16.10	30 мин
Индивидуальная коррекционная работа с детьми. Культурные практики: игровая/продуктивная/познавательно-исследовательская/коммуникативная/чтение художественной литературы	16.10 - 16.50	40 мин
Подготовка к прогулке. Прогулка. Уход детей домой.	16.50 - 18.00	1ч 10 мин

3.2. Режим двигательной активности

Режим двигательной активности обучающихся среднего возраста в 2024-2025 учебном году

<i>Виды двигательной активности в режиме дня</i>	<i>Продолжительность двигательной активности в режиме дня</i>	
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно	5-7 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно	10 мин
Физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале 1 раз на улице	20 мин
Музыкальные занятия	2 раза в неделю	20 мин
Гимнастика в процессе занятий	Ежедневно	2-3 мин
Подвижные игры на прогулке (утром и вечером): сюжетные, бессюжетные, игры-забавы, эстафеты	Ежедневно	20-25 мин
Гимнастика после сна	Ежедневно	8 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	20 мин
День здоровья	1 раз в 3 месяца	30 мин
Спортивный праздник	2 раза в год	30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей	
<ul style="list-style-type: none">• Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья детей, их возрастными возможностями и сезонами года.• Общая продолжительность двигательной активности занимает не менее 50% периода бодрствования.• Ежедневная двигательная активность дошкольника должна составлять не менее 1 часа.		

**Режим двигательной активности обучающихся старшего возраста
в 2024-2025 учебном году**

<i>Виды двигательной активности в режиме дня</i>	<i>Продолжительность двигательной активности в режиме дня</i>	
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно	7-10 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно	10 мин
Физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале 1 раз на улице	25 мин
Музыкальные занятия	2 раза в неделю	25 мин
Гимнастика в процессе занятий	Ежедневно	2-3 мин
Подвижные игры на прогулке (утром и вечером): сюжетные, бессюжетные, игры-забавы, эстафеты	Ежедневно	25-30 мин
Гимнастика после сна	Ежедневно	до 10 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	30 мин
День здоровья	1 раз в 3 месяца	30 мин
Спортивный праздник	2 раза в год	30 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей	
<ul style="list-style-type: none"> • Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья детей, их возрастными возможностями и сезонами года. • Общая продолжительность двигательной активности занимает не менее 50% периода бодрствования. • Ежедневная двигательная активность дошкольника должна составлять не менее 1 часа. 		

**Режим двигательной активности обучающихся подготовительного возраста
в 2024-2025 учебном году**

<i>Виды двигательной активности в режиме дня</i>	<i>Продолжительность двигательной активности в режиме дня</i>	
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно	10-12 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно	10 мин
Физкультурные занятия	2 раза в неделю в зале 1 раз на улице	30 мин
Музыкальные занятия	2 раза в неделю	30 мин
Гимнастика в процессе занятий	Ежедневно	2-3 мин
Подвижные игры на прогулке (утром и вечером): сюжетные, бессюжетные, игры-забавы, эстафеты	Ежедневно	30-40 мин
Гимнастика после сна	Ежедневно	до 10 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	30 мин
День здоровья	1 раз в 3 месяца	35 мин
Спортивный праздник	2 раза в год	35 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно, характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей	
<ul style="list-style-type: none"> ● Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом состояния здоровья детей, их возрастными возможностями и сезонами года. ● Общая продолжительность двигательной активности занимает не менее 50% периода бодрствования. ● Ежедневная двигательная активность дошкольника должна составлять не менее 1 часа. 		

3.3. Выписка из Календарного плана воспитательной работы

План образовательных событий (праздников, развлечений, досугов, мероприятий в рамках проектной деятельности и т.д.)

2024 год - Год семьи, 225 лет со дня рождения А.С. Пушкина

2025 год – 80 – летие Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов

Месяц	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Сентябрь	Развлечение: «Здравствуй, детский сад!»			Развлечение: «День знаний у дошколят»	
	Выставка детских работ и рисунков: «Летние воспоминания», «Чудесный домик для ребят»				
	Неделя безопасности, посвященная вопросам безопасности детей на дорогах (16.09. – 22.09.) Участие в городской акции: «Безопасный город» - разработка безопасного маршрута от дома до ГБДОУ				
	19.09. Единый день детской дорожной безопасности в Санкт-Петербурге.				
	Фотовыставка, посвященная Всемирному дню без автомобиля «Скажи велосипеду да!» (17.09. – 22.09.)				
	Сбор необходимых вещей для приюта для кошек «Преданное Сердце»				
	27.09. День воспитателя и всех дошкольных работников Поздравительные акции				
	Мероприятия в рамках проектной деятельности				
	Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.				
	Октябрь	01.10. Международный день пожилых людей. Тематические беседы, открытки бабушкам и дедушкам			
04.10. День защиты животных. Тематические беседы.					
05.10. Передача необходимых вещей для приюта для кошек «Преданное Сердце»					
Праздник осени					
Выставка детского рисунка: «Как я вижу осень»					
Конкурс-выставка творческих работ из бросового и природного материала: «Шляпка для Осени»					
20.10. День отца в России. Фотовыставка «Шагаю с папой в детский сад» (16.10. – 19.10)					
Образовательное путешествие «С Крошем по Петербургу»					
Мероприятия в рамках проектной деятельности					
Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.					
			Тематический день «День народного единства». 04.11.		

	Ноябрь	Участие в городской акции ко дню матери: «Мама, а ты знаешь ПДД?»				
		24.11. День матери в России				
		Праздники, досуги: «Наши мамы»				
					30.11. День Государственного герба Российской Федерации. Беседы, выставки рисунков.	
		Фотовыставка: «Мама все на свете может»				
		Выставка детских рисунков: «Живут в России разные народы» «Мама-солнышко мое»				
		Образовательное путешествие «С Крошем по Петербургу»				
		Участие в городской акции по ПДДТТ: «Засветись»				
		Фотоконкурс «Ярче звездочки сияет наша дружная семья!»				
		Мероприятия в рамках проектной деятельности				
		Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.				
II ТРИМЕСТР	Месяц	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
	Декабрь	Новогодний праздник				
		Конкурс - выставка творческих работ				
		Новогодний смотр-конкурс оформления групповых помещений: «Новый год цвета...»				
		Выставка рисунков «Здравствуй, Зимушка-зима», «Новогодняя история»				
		Участие в акции по ПДДТТ: «Безопасные каникулы или Новый год по «Правилам»				
					Конкурс декоративно-прикладного творчества работ: «Дорога и мы» (дорожная безопасность)	
		Образовательное путешествие «С Крошем по Петербургу»				
		Мероприятия в рамках проектной деятельности				
		Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.				
	Январь				Мероприятия, посвященные Дню снятия блокады Ленинграда 27.01.	
					Конкурс декоративно-прикладного творчества работ: «Дорога и мы» (дорожная безопасность)	
				Конкурс работ «Неопалимая купина» (пожарная безопасность)		
		Выставка рисунков: «Зимняя фантазия»				
		Образовательное путешествие «С Крошем по Петербургу»				
		Мероприятия в рамках проектной деятельности				
		Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.				
	Февраль	21.02. День родного языка				
		Мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества – развлечения, досуги, праздники (19.02. – 21.02)				
		Выставка рисунков: «Проводы зимы», «Смелым и отважным»				
		Развлечение на улице: «Масляничные гуляния» (24.02.- 02.03)				
		Фотовыставка: «Папа, спорт и я – лучшие друзья»				
	Участие в городской акции «Скорость - не главное»					

		Участие в районном этапе конкурса «Азбука безопасности»				
Месяц	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	
						III ТРИМЕСТР
Выставка детских рисунков: «В марте есть такой денек», «Весеннее настроение»						
27 марта – Всемирный День театра. Играем в театр «Любимые сказки»						
Участие в городской акции «Скорость - не главное»						
Единый информационный день дорожной безопасности по ПДДТТ (дата уточняется)						
Мероприятия в рамках проектной деятельности						
Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.						
Апрель	Развлечение: «Если вам смешинка в рот вдруг случайно попадет»					
	07.04. «Всемирный день здоровья» - физкультурный досуг					
	12.04. «День космонавтики» - развлечение, беседы					
	Тематические беседы «Светлый праздник Пасхи» (17.04. – 18.04.)					
	Выставка детского рисунка: «Мы со спортом дружим», «Космическое путешествие», «Первоцветы»					
	22.04. Международный день Земли					
	Тематические беседы, экологическая акция					
	Акция «Письмо водителю»					
	Образовательное путешествие «С Крошем по Петербургу»					
	Мероприятия в рамках проектной деятельности					
Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.						
Май	01.05. День весны и труда					
	Тематические беседы (30.04.)					
	Тематические беседы: «Наши прадеды-герои»		Праздник День Победы «Праздник День Победы отмечает вся страна» (05.05. – 07.05.)			
	Международная акция «Георгиевская ленточка»					
	Фотовыставка: «Мой прадедушка – герой!»					
	Международная акция «Письмо Победы»					
	Выставка детского рисунка: «Город на вольной Невой» «Майский день»					
	Неделя безопасности дорожного движения (19.05. – 23.05.)					
	Единый день детской дорожной безопасности 21.05.					
	Участие в городской акции по ПДДТТ: «Безопасные каникулы или «Здравствуй, лето!»					
	Праздник: «До свидания, детский сад! Здравствуй лето!»				Выпускной праздник	
	Образовательное путешествие «С Крошем по Петербургу»					
	Мероприятия в рамках проектной деятельности					
	Мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами.					

3.4. Особенности созданной РППС, отражающей специфику музыкально-спортивного зала

Для правильной организации процесса физического воспитания важно соблюдать принцип размещения оборудования по месту использования с учетом его своеобразия, отвечающего особенностям двигательных действий, характерных для определенных условий. Оборудование расположено так, чтобы дети могли свободно подходить к нему, самостоятельно пользоваться, не мешая друг другу.

Оснащение РППС музыкально-спортивного зала соответствует «Рекомендациям по формированию инфраструктуры дошкольных образовательных организаций и комплектации учебно-методических материалов в целях реализации образовательных программ дошкольного образования» (утв. Министерством просвещения РФ 26 декабря 2022 г.) и включает:

Список инвентаря:

1. Тренажер универсальный многофункциональный ТИСА ММПБКЛ
2. Горка корректирующая ТИСА с ММПБКЛ
3. Жесткий модуль виброскамейка
4. Гибкий модуль большой ТИСА с ММПБКП – вибродорожка большая
5. Гибкий модуль малый ТИСА с ММПБКП – вибродорожка массажная
6. Устройство для вестибулярного аппарата ТИСА с ММПБКП - вистибулоплатформа
7. Устройство для моделирования ситуаций, предотвращающих травматизм, ТИСА с ММПБКП
8. КАТОАКТИН ТИСА с ММПБКП
9. Скакалки
10. Мячи различных диаметров
11. Маты
12. Гимнастические скамейки
13. Гимнастические палки
14. Мешочки с песком
15. Массажные мячики
16. Шведская стенка
17. Модульный остров
18. Батут
19. Кольца с ленточками (нестандартное оборудование)
20. Дорожка массажная
21. Конусы
22. Канат
23. Корзины
24. Лабиринт
25. Мягкие коврики различных цветов
26. Мячи «Ежики» маленького диаметра
27. Мячи для пинг-понга
28. Парашют (нестандартное оборудование)
29. «Следы» ладони и стопы (нестандартное оборудование)

30. Теннисные мячи
31. Вербочки (50см) (нестандартное оборудование)
32. Конусы (маленького размера) «футбольные»

3.5 Перспективное годовое планирование реализации тематических проектов.

Краткосрочный проект «Спорт в жизни»:

Цель: Сформировать у детей желание заниматься спортом.

Реализация проекта: май 2025 года.

Тип проекта: краткосрочный.

Участники проекта: дети, воспитатели.

4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

1 Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее - РП) групп компенсирующей направленности образовательной области «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» – документ учебно-методической документации адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с задержкой психического развития ГБДОУ детского сада № 145 Центрального района СПб (далее - Программа).

РП разработана на основании локального акта ГБДОУ детского сада №145 «Положение о рабочей программе педагогов Образовательного учреждения», в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ФАОП ДО).

РП определяет компоненты Программы, фиксируя необходимые для планирования образовательного процесса:

элементы Целевого раздела (планируемые результаты и характеристику обучающихся с ЗПР групп);

содержание образовательной области «Физическое развитие» Содержательного раздела с учётом возрастного контингента обучающихся и их индивидуальных образовательных потребностей, распределение тематического планирования; определяет систему взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями (законными представителями) обучающихся групп;

компоненты Организационного раздела Программы, регламентирующие вопросы организации режима дня, режима двигательной активности, планирования развивающей предметно-пространственной среды и календарного плана воспитательной работы.

РП разработана педагогом на 2024-2025 учебный год в соответствии с учебным планом, календарно-учебным графиком и календарным планом воспитательной работы на 2024/2025 учебный год (с учетом режима работы образовательного учреждения в летний период).

Часть компонентов Содержательного и организационного разделов РП формируется по триместрам учебного года:

№ триместра	Месяцы		
I	сентябрь	октябрь	ноябрь
II	декабрь	январь	февраль
III	март	апрель	Май
IV	июнь	июль	Август

РП направлена на охрану и укрепление здоровья воспитанников, их всестороннее (физическое, социально-личностное, познавательно-речевое, художественно-эстетическое) развитие; обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста; строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса, принципах целостности и интеграции дошкольного

образования; осуществление образовательного процесса в двух основных организационных моделях, включающих:

- совместную деятельность взрослого и детей, самостоятельную деятельность детей;
- учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
- преемственность с примерными основными общеобразовательными программами общего образования;

- на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка, создания равных условий образования детей дошкольного возраста независимо от материального достатка семьи, места проживания, языковой и культурной среды, этнической принадлежности.

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;

- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ В ДОШКОЛЬНОМ ПЕРИОДЕ (к 5 годам)	
<i>Социально-коммуникативное развитие:</i>	
1	Взаимодействует с педагогическим работником в быту и в различных видах деятельности.
2	Стремится к общению с другими детьми в быту и в игре под руководством родителей (законных представителей), педагогического работника.
3	Эмоциональные контакты с педагогическим работником и другими детьми становятся более устойчивыми.
4	Сам вступает в общение, использует вербальные средства.
5	В игре соблюдает элементарные правила, осуществляет перенос сформированных ранее игровых действий в самостоятельные игры, выполняет ролевые действия, носящие условный характер, участвует в разыгрывании сюжета цепочки действий, способен к созданию элементарного замысла игры, активно включается, если воображаемую ситуацию создают родители (законные представители), педагогические работники.
6	Замечает несоответствие поведения других обучающихся требованиям педагогического работника.
7	Выражает интерес и проявляет внимание к различным эмоциональным состояниям человека.
8	Осваивает культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, соответствующие возрастным возможностям, ориентируясь на образец и словесные просьбы, стремится поддерживать опрятность во внешнем виде с незначительной помощью педагогического работника.
9	Использует предметы домашнего обихода, личной гигиены, действует с ними с незначительной помощью педагогического работника.

Речевое развитие:	
1	Ребенок понимает и выполняет словесную инструкцию педагогического работника из нескольких звеньев.
2	Различает на слух речевые и неречевые звучания, узнает знакомых людей и обучающихся по голосу, дифференцирует шумы.
3	Понимает названия предметов обихода, игрушек, частей тела человека и животных, глаголов, обозначающих движения, действия, эмоциональные состояния человека, прилагательных, обозначающих некоторые свойства предметов.
4	Понимает многие грамматические формы слов (косвенные падежи существительных, простые предложные конструкции, некоторые приставочные глаголы).
5	Проявляет речевую активность, употребляет существительные, обозначающие предметы обихода, игрушки, части тела человека и животных, некоторые явления природы.
6	Называет действия, предметы, изображенные на картинке, персонажей сказок.
7	Отражает в речи элементарные сведения о мире людей, природе, об окружающих предметах.
8	Отвечает на вопросы после прочтения сказки или просмотра мультфильма с помощью не только отдельных слов, но и простых распространенных предложений несложных моделей, дополняя их жестами.
9	Речевое сопровождение включается в предметно-практическую деятельность.
10	Повторяет двестишья и простые потешки.
11	Произносит простые по артикуляции звуки, легко воспроизводит звуко-слоговую структуру двух-трехсложных слов, состоящих из открытых, закрытых слогов, с ударением на гласном звуке.
Познавательное развитие:	
1	Ребенок может заниматься интересным для него делом, не отвлекаясь, в течение 5 - 10 минут.
2	Показывает по словесной инструкции и может назвать до пяти основных цветов и две - три плоскостных геометрических фигуры, а также шар и куб (шарик, кубик), некоторые детали конструктора.
3	Путем практических действий и на основе зрительного соотнесения сравнивает предметы по величине, выбирает из трех предметов разной величины "самый большой" ("самый маленький"), выстраивает сериационный ряд, строит матрешек по росту.
4	На основе не только практической, но и зрительной ориентировки в свойствах предметов подбирает предметы по форме, величине, идентифицирует цвет предмета с цветом образца-эталона, называет цвета спектра, геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал).
5	Усваивает элементарные сведения о мире людей, природе, об окружающих предметах, складывается первичная картина мира. Узнает реальные явления и их изображения: контрастные времена года (лето и зима) и части суток (день и ночь).
6	Различает понятия "много", "один", "по одному", "ни одного", устанавливает равенство групп предметов путем добавления одного предмета к меньшему количеству или убавления одного предмета из большей группы. Учитесь считать до 5 (на основе наглядности), называет итоговое число, осваивает порядковый счет.
7	Ориентируется в телесном пространстве, называет части тела: правую и левую руку,

	направления пространства "от себя", понимает и употребляет некоторые предлоги, обозначающие пространственные отношения предметов: на, в, из, под, над. Определяет части суток, связывая их с режимными моментами, но иногда ошибается, не называет утро-вечер.
Художественно-эстетическое развитие:	
1	Ребенок рассматривает картинки, предпочитает красочные иллюстрации.
2	Проявляет интерес к изобразительной деятельности, эмоционально положительно относится к ее процессу и результатам.
3	Осваивает изобразительные навыки, пользуется карандашами, фломастерами, кистью, мелками.
4	Сотрудничает с педагогическим работником в продуктивных видах деятельности (лепке, аппликации, изобразительной деятельности, конструировании).
5	Появляется элементарный предметный рисунок.
6	Может сосредоточиться и слушать стихи, песни, мелодии, эмоционально на них реагирует.
7	Воспроизводит темп и акценты в движениях под музыку.
8	Прислушивается к окружающим звукам, узнает и различает голоса обучающихся, звуки различных музыкальных инструментов.
9	С помощью педагогического работника и самостоятельно выполняет музыкально-ритмические движения и действия на шумовых музыкальных инструментах.
10	Подпевает при хоровом исполнении песен.
Физическое развитие:	
1	Ребенок осваивает все основные движения, хотя их техническая сторона требует совершенствования.
2	Практически ориентируется и перемещается в пространстве.
3	Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре (воспитателя).
4	Принимает активное участие в подвижных играх с правилами.
5	Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором, крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ В ДОШКОЛЬНОМ ПЕРИОДЕ (к 7-8 годам)

Социально-коммуникативное развитие:

1	Осваивает внеситуативно-познавательную форму общения с педагогическим работником и проявляет готовность к внеситуативно-личностному общению.
2	Проявляет готовность и способность к общению с другими детьми, способен к адекватным межличностным отношениям.
3	Проявляет инициативу и самостоятельность в игре и общении.
4	Способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности, демонстрирует достаточный уровень игровой деятельности: способен к созданию замысла и развитию сюжета, к действиям в рамках роли, к ролевому взаимодействию, к коллективной игре.

5	Появляется способность к децентрации, оптимизировано состояние эмоциональной сферы, снижается выраженность дезадаптивных форм поведения.
6	Способен учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других.
7	Адекватно проявляет свои чувства, старается конструктивно разрешать конфликты,
8	Оценивает поступки других людей, литературных и персонажей мультфильмов.
9	Способен подчиняться правилам и социальным нормам во взаимоотношениях с педагогическим работником и другими детьми.
10	Может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены,
11	Проявляет способность к волевым усилиям, совершенствуется регуляция и контроль деятельности, произвольная регуляция поведения.
12	Обладает начальными знаниями о себе и социальном мире, в котором он живет.
13	Овладевает основными культурными способами деятельности.
14	Обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе.
15	Обладает чувством собственного достоинства.
16	Стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от педагогического работника.
17	Проявляет интерес к обучению в школе, готовится стать учеником.
Речевое развитие:	
1	Стремится к речевому общению, участвует в диалоге.
2	Обладает значительно возросшим объемом понимания речи и звукопроизносительными возможностями.
3	Осваивает основные лексико-грамматические средства языка, употребляет все части речи.
4	Усваивает значения новых слов на основе знаний о предметах и явлениях окружающего мира.
5	Обобщающие понятия в соответствии с возрастными возможностями.
6	Проявляет словотворчество, умеет строить простые распространенные предложения разных моделей.
7	Может строить монологические высказывания, которые приобретают большую цельность и связность: составлять рассказы по серии сюжетных картинок или по сюжетной картинке, на основе примеров из личного опыта.
8	Умеет анализировать и моделировать звуко-слоговой состав слова и состав предложения.
9	Владеет языковыми операциями, обеспечивающими овладение грамотой.
10	Знаком с произведениями детской литературы, проявляет к ним интерес.
11	Знает и умеет пересказывать сказки, рассказывать стихи.
Познавательное развитие:	
1	Повышается уровень познавательной активности и мотивационных компонентов деятельности.
2	Задаёт вопросы, проявляет интерес к предметам и явлениям окружающего мира.
3	Улучшаются показатели развития внимания (объема, устойчивости, переключения и другое), произвольной регуляции поведения и деятельности.
4	Возрастает продуктивность слухоречевой и зрительной памяти, объем и прочность

	запоминания словесной и наглядной информации.
5	Осваивает элементарные логические операции не только на уровне наглядного мышления, но и в словесно-логическом плане (на уровне конкретно-понятийного мышления), может выделять существенные признаки.
6	С помощью педагогического работника строит простейшие умозаключения и обобщения.
7	Осваивает приемы замещения и наглядного моделирования в игре, продуктивной деятельности.
8	У ребенка сформированы элементарные пространственные представления и ориентировка во времени.
9	Ребенок осваивает количественный и порядковый счет в пределах десятка, обратный счет, состав числа из единиц, соотносит цифру и число, решает простые задачи с опорой на наглядность.
Художественно-эстетическое развитие:	
<i>а) музыкальное развитие</i>	
1	Способен эмоционально реагировать на музыкальные произведения, знаком с основными культурными способами и видами музыкальной деятельности.
2	Способен выбирать себе род музыкальных занятий, адекватно проявляет свои чувства в процессе коллективной музыкальной деятельности и сотворчества.
3	Проявляет творческую активность и способность к созданию новых образов в художественно-эстетической деятельности.
<i>б) художественное развитие</i>	
1	Ребенок осваивает основные культурные способы художественной деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных ее видах.
2	У ребенка развит интерес и основные умения в изобразительной деятельности (рисование, лепка, аппликация), в конструировании из разного материала (включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал).
3	Использует в продуктивной деятельности знания, полученные в ходе экскурсий, наблюдений, знакомства с художественной литературой, картинным материалом, народным творчеством.
Физическое развитие:	
1	У ребенка развита крупная и мелкая моторика, движения рук достаточно координированы.
2	Рука подготовлена к письму.
3	Подвижен, владеет основными движениями, их техникой, может контролировать свои движения и управлять ими,
4	Достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений.
5	Обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое).
6	Развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма.
7	Проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

Нормативно-правовое обеспечение Программы

1. Конституция Российской Федерации;
2. Конвенция о правах ребёнка;
3. Гражданский кодекс Российской Федерации;
4. Семейный кодекс Российской Федерации;
5. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
6. Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее – ФГОС ДО);
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 21.01.2019 г. №31 «О внесении изменения в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2022 №955 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов общего образования и образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 №1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»;
12. Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
13. Приказ Министерства просвещения РФ от 1 декабря 2022 г. № 1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. N 373»;
14. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. N 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

15. Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. N 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
16. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
17. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 6 августа 2020 г. N Р-75 «Об утверждении примерного Положения об оказании логопедической помощи в организациях, осуществляющих образовательную деятельность»;
18. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
19. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
20. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. N 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
21. Рекомендации по формированию инфраструктуры дошкольных образовательных организаций и комплектации учебно-методических материалов в целях реализации образовательных программ дошкольного образования.
22. Методические рекомендации по реализации федеральной образовательной программы дошкольного образования (утв. Министерством просвещения РФ 7 марта 2023 г.);
23. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по введению федеральных адаптированных основных общеобразовательных программ (письмо Министерства Просвещения от 31.08.2023 № АБ – 3569/07);
24. Постановление Правительства Российской Федерации от 21.02.2022 № 225 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций»;
25. Распоряжение Министерства просвещения РФ от 09.09.2019г. № Р-93 «Об утверждении примерного Положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации»;
26. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».

Методическое обеспечение Программы

Образовательная область «Физическое развитие»

Методические пособия

1. Л. Б. Баряева, И. Г. Вечканова, О. П. Гаврилушкина Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития / Под. ред. Л. Б. Баряевой, К. А. Логиновой.— СПб.: ЦЦК проф. Л. Б. Баряевой, 2010
2. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3–7 лет Мозаика-Синтез, 2022
3. Губанова Н.Ф. Развитие игровой деятельности. Средняя группа. (4-5 лет) Мозаика-Синтез, 2018
4. Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Старшая группа. (5-6 лет) Мозаика-Синтез, 2018
5. Губанова Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Подготовительная к школе группа (6-7 лет) Мозаика-Синтез, 2018
6. Картушина М.Ю. Праздники здоровья для детей 6-7 лет. Сценарии для ДОУ., М.:ТЦ Сфера, 2008г
7. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду: пособие для воспитателя детского сада. - М., «Просвещение»,1986
8. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4–5 лет Мозаика-Синтез, 2022
9. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 5–6 лет Мозаика-Синтез, 2022
10. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 6–7 лет Мозаика-Синтез, 2022
11. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет) Мозаика-Синтез, 2022
12. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет) Мозаика-Синтез, 2022
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет) Мозаика-Синтез, 2022
14. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2014.

Специальная коррекционная литература

1. Саморегуляция в познавательной деятельности у детей с ЗПР. / Н.В. Бабкина – «ВЛАДОС», 2018
2. Занятия для детей с ЗПР. Старший дошкольный возраст. ФГОС ДО 2-е издание – Н.В. Ротарь, 2017.
3. Актуальные проблемы диагностики задержки психического развития детей / Под ред. К.С.Лебединской. — М.
4. Бутко, Г.А. Основные направления и содержание физкультурно-оздоровительной работы специального детского сада для детей с задержкой психического развития [Текст] / Г. А. Бутко //Коррекционная педагогика – 2004 .- № 2 .
5. Лечебная физическая культура в детском возрасте/ Потапчук А.А., Матвеева С.В., Дидур М.Д.// СПб.: Речь, 2007.
6. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика. Ранний и дошкольный возраст. — М.: Гуманитарный издательский центр «ВЛАДОС»,.
7. Профилактика нарушений осанки у детей. Занятия корригирующей гимнастикой в процессе познавательной, игровой, исследовательской, творческой деятельности / Н.Г. Коновалова. – Волгоград: «Учитель».
8. Сколиоз. Профилактика и лечение. – СПб.: «Корона. Век», 2012.
9. Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. / Бабенкова Е.А., Федоровская О.М.: ТЦ Сфера, 2013.
10. Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет. / Бабенкова Е.А., Федоровская О.М.: ТЦ Сфера, 2017.

Наглядно-дидактические пособия

1. Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь»
2. Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня»
3. Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах»
4. Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»