

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 376  
МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
(ГБОУ средняя школа № 376 Московского района Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТО  
Решением  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
ГБОУ средняя школа № 376  
Московского района  
Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ М. А. Дмитриенко

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 376  
МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

на основе ФГОС ДО (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования), с изменениями внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 8 ноября 2022 г. № 955 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264)

на основе ФОП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

Разработчик:  
инструктор по физической культуре Курлова Галина Валентиновна  
Физическое развитие детей 2 – 7 лет.

## СОДЕРЖАНИЕ

I.	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	4
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию Программы	6
1.1.3.	Характеристика возрастных психофизических особенностей развития детей дошкольного возраста	6
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	17
1.3.	Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов	17
II.	Содержательный раздел	20
2.1.1.	Содержание работы по физическому развитию во второй группе раннего возраста для детей 2-3 лет	20
2.1. 2.	Содержание работы по физическому развитию в младшей группе для детей 3-4 лет	21
2.1.3.	Содержание работы по физическому развитию в средней группе для детей 4-5 лет	24
2.1.4.	Содержание работы по физическому развитию в старшей группе для детей 5-6 лет	27
2.1.5.	Задачи и содержание работы по физическому развитию в подготовительной группе для детей 6-7 лет	31
2.2.	Взаимодействие взрослых с детьми (вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы)	36
2.3.	Способы организации детей на занятии по физической культуре.	36
2.4.	Взаимодействие с семьями воспитанников.	38
2.5.	Перспективный план по работе с родителями	40
III.	Организационный раздел	41
3.1.	Система физкультурно-оздоровительной работы	43
3.2.	Организация двигательного режима	45
3.3.	Взаимодействие инструктора по физической культуре с специалистами	46
IV	Приложения	
	Развернутое планирование занятий по физической культуре	48
	Перечень программно-методического обеспечения.	93

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее Программа), разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования, реализуемой в Структурном подразделении детский сад Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 376 Московского района Санкт-Петербурга (далее СП детский сад), в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО), федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО).

В Программе содержится целевой, содержательный, организационный разделы, приложение. В целевом разделе Программы представлены описание и характеристика структуры программы, цели и задачи, принципы и подходы к ее формированию; планируемые результаты, возрастные характеристики возможных достижений ребенка в процессе дошкольного образования; подходы к педагогической диагностике планируемых образовательных результатов.

Содержательный раздел Программы раскрывает задачи, содержание образовательной деятельности по каждой из образовательных областей: социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие; описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы; особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик; способы и направления поддержки детской инициативы; особенности взаимодействия с семьями обучающихся. Также в содержательный раздел Программы включены задачи, направления и целевые ориентиры воспитания, содержание воспитательной работы по направлениям воспитания.

Организационный раздел Программы включает описание организации режима пребывания детей в группе, особенности традиционных праздников, событий, культурно-массовых и спортивных мероприятий, особенности организации развивающей предметно-пространственной среды, обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Приложение к Программе содержит: перспективный план взаимодействия с семьями обучающихся, комплексно-тематическое планирование, календарное планирование занятий на учебный год, календарный план воспитательной работы, примерный перечень литературных, музыкальных, художественных произведений для реализации Программы.

Целью Программы является всестороннее развитие и воспитание ребенка в период дошкольного детства на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально культурных традиций.

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Содержание образования раскрывает основные направления развития детей 6-7 лет и изложено по образовательным областям (социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического, физического развития). В каждой области представлены результаты освоения детьми содержания, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

Освоение детьми содержания программ осуществляется не только в новых форматах (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках

интеграции образовательных областей и др.), но и при сохранении результативного опыта дошкольного образования (фронтальных, подгрупповых, индивидуальных занятий). Занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогам самостоятельно.

Программа разработана в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

- Конвенцией о правах ребенка ООН;
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 8 ноября 2022 г. № 955 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 февраля 2023 г., регистрационный № 72264) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)

• СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

• Уставом ГБОУ средняя школа №376 Московского района Санкт-Петербурга.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими.

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений представлена парциальной программой, направленной на реализацию приоритетных направлений работы детского сада: «Малыши крепыши» внедрение норм ГТО

Программа реализуется в течение всего времени пребывания детей в детском саду.

Программа может корректироваться в связи с изменениями:

- нормативно-правовой базы СП детский сад;
- видовой структуры групп.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации – русском.

Срок реализации Программы – 1 год.

### **1.1.1. Цели и задачи реализации Программы**

Целью Программы является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций.

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы,

крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России<sup>1</sup>.

Программа, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Цель Программы достигается через решение следующих задач (п. 1.6. ФГОС ДО, п. 14.2. ФООП ДО):

1) обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;

2) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

3) приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

4) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья), с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

5) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

6) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

7) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности, формирование предпосылок учебной деятельности;

8) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

9) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

10) обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования;

11) достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего

---

<sup>1</sup> Пункт 5 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утверждённых Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 46, ст. 7977).

образования.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы**

Программа построена на следующих принципах, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников<sup>2</sup> (далее вместе – взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Основные подходы к формированию Программы.

Программа:

- сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФОП ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования;
- определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;
- обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей;
- сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (базовые объем, содержание и планируемые результаты освоения Программы).

### **1.1.3. Характеристика возрастных психофизических особенностей развития детей дошкольного возраста**

Ранний возраст (от одного года шести месяцев до трёх лет)

Группа детей раннего возраста (второй год жизни)

*Росто-весовые характеристики*

Вес двухлетнего ребенка составляет одну пятую веса взрослого человека. К двум годам мальчики набирают вес до 13,04 кг, девочки - 12,6 кг. Ежемесячная прибавка в весе составляет 200-250 граммов, а в росте 1 см. К двум годам длина тела мальчиков достигает 88,3 см, а девочек - 86,1 см.

*Функциональное созревание*

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной,

---

<sup>2</sup> Пункт 21 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598).

мышечной и центральной нервной системы. Повышается работоспособность нервных центров. Общее время сна, практически полностью подчиненного суточной ритмике, составляет 11-12 часов.

Развитие центральной нервной системы на этом этапе характеризуется замедлением ростовых процессов, снижением скорости увеличения объема головного мозга и формированием нервных связей.

Начиная с 16-18-ти месяцев, уровень развития мускулатуры и нервной системы обеспечивает рефлекторную деятельность по контролю выделительной системы. К двум годам у большинства детей ночное мочеиспускание прекращается, хотя время от времени оно может повторяться у многих из них и гораздо позднее в результате нарушения привычных видов повседневной активности, на фоне болезни, в случаях перевозбуждения ребенка или испуга.

*Развитие моторики.* Развитие моторики является определяющим для всего психического развития. Преимущественно формируется подкорковый уровень организации движения, включающий формирование ритма, темпа, тонуса. Все движения формируются на основании ритмической картины, соответственно, чрезвычайно важно формировать ритмичность (движения под ритм; режим дня; чередование активности и отдыха). Подавляющее большинство детей (90%) может хорошо ходить (в год и два месяца); строить башню из двух кубиков (в полтора года); подниматься по ступенькам (в год и десять месяцев); пинать мяч (к двум годам). На развитие основных движений ребенка частично влияют пропорции его тела: короткие ноги, длинное туловище, большая голова. Ребенок до полутора лет часто падает при ходьбе, не всегда может вовремя остановиться, обойти препятствие. Несовершенна и осанка. Вследствие недостаточного развития мышечной системы ребенку трудно долго выполнять однотипные движения, например, ходить с мамой «только за ручку». Постепенно ходьба совершенствуется. Дети учатся свободно передвигаться на прогулке: они взбираются на бугорки, ходят по траве, перешагивают через небольшие препятствия, например, палку, лежащую на земле. Исчезает шаркающая походка. В подвижных играх и на музыкальных занятиях дети делают боковые шаги, медленно кружатся на месте. Даже в начале второго года дети много лазают: взбираются на горку, на диванчики, а позже (приставным шагом) и на шведскую стенку. Они также перелезают через бревно, подлезают под скамейку, пролезают через обруч. После полутора лет у малышей кроме основных развиваются и подражательные движения (мишке, зайчику). В простых подвижных играх и плясках дети привыкают координировать свои движения и действия друг с другом. В полтора года дети способны рисовать каракули, а к двум годам могут нарисовать прямую линию. Дети все лучше контролируют простые движения, а затем объединяют их во все более сложные и согласованные системы.

*Психические функции.* Восприятие становится ведущей психической функцией. Совершенствуется зрительное восприятие и становится ведущим. Вместе с тем, дети полутора – двух лет не могут одновременно воспринимать объект в целом и отдельные его части. В области восприятия происходит формирование перцептивных действий и предметных эталонов. Функция перцептивных действий - ориентировочная, обследование перцептивных свойств объекта на основе эталонов. Формирование наглядно-действенного мышления как отражения скрытых сущностных связей и отношений объектов происходит на основе развития восприятия и в ходе овладения ребенком предметно-орудийными действиями. Первоначально перцептивные действия представляют собой развернутые внешние действия. По мере овладения речью восприятие начинает приобретать черты произвольности. Слово начинает регулировать восприятие ребенка. По мере взросления и накопления опыта дети приобретают способность принимать и одновременно перерабатывать все больше информации, сопоставляя знание о части и целом. Появляются зачатки экспериментирования. Физический опыт становится основой обобщений. Последовательность овладения обобщениями: на основании цвета (от года до года и семи месяцев); на основании формы (от полутора до двух лет); функциональные обобщения (от

двух до трех лет).

В ходе формирования умения использовать орудия ребенок проходит четыре стадии: целенаправленных проб, «подстерегания», навязчивого вмешательства, объективной регуляции. Особенности предметной деятельности: педантизм, рука подстраивается под предмет, функциональная сторона действия опережает операциональную (знание действия опережает его реализацию). Логика развития действия: неспецифичные действия - функциональные действия - выделение способа действия - перенос действия (с одного предмета на другой, из одной ситуации в другую). Предметно-орудийные действия формируются только в сотрудничестве со взрослым. Функции взрослого в формировании предметных действий: показ, совместные действия, поощрение активных проб ребенка, словесные указания. Предметная деятельность становится основой развития наглядно-образного мышления через представления о цели действия и ожидаемом результате, выделение соотношений и связей между предметами, условий реализации действий.

Второй год жизни - период интенсивного формирования речи, где можно выделить два основных этапа. Первый (от года до года и шести-восьми месяцев) - переходный, со следующими особенностями: интенсивное развитие понимания, активной речи почти нет; активная речь своеобразна по лексике, семантике, фонетике, грамматике, синтаксису. Второй период (от года и восьми месяцев до трех лет) - практическое овладение речью. Связи между предметом (действием) и словами, их обозначающими, формируются значительно быстрее, чем в конце первого года («взрыв наименований»). При этом понимание речи окружающих по-прежнему опережает умение говорить. Установлена четкая зависимость между качеством языковой стимуляции в домашнем окружении ребенка и развитием его речи. Дети усваивают названия предметов, действий, обозначения некоторых качеств и состояний. Благодаря этому можно организовать деятельность и поведение малышей, формировать и совершенствовать восприятие, в том числе составляющие основу сенсорного воспитания. Самые первые слова обозначают те предметы, с которыми ребенок может играть (мяч, машинка и т. п.). Поскольку в окружении каждого ребенка набор предметов, с которыми он может так или иначе взаимодействовать, различен, то и первоначальный словарный запас каждого ребенка уникален. Научившись употреблять слова применительно к определенной ситуации, дети вскоре начинают использовать их в описаниях других ситуаций, не замечая производимой нередко подмены их истинного значения. В процессе разнообразной деятельности со взрослыми дети усваивают, что одно и то же действие может относиться к разным предметам: «надень шапку, надень колечки на пирамидку и т.д.». Важным приобретением речи и мышления является формирующаяся на втором году жизни способность обобщения. Слово в сознании ребенка начинает ассоциироваться не с одним предметом, а обозначать все предметы, относящиеся к этой группе, несмотря на различие по цвету, размеру и даже внешнему виду (кукла большая и маленькая). Активный словарь на протяжении года увеличивается неравномерно. К полутора годам он равен примерно 20-30 словам. После года и восьми - десяти месяцев происходит скачок, и активно используемый словарь состоит теперь из 200-300 слов. В нем много глаголов и существительных, встречаются простые прилагательные и наречия (тут, там, туда и т. д.), а также предлоги. Упрощенные слова («ту-ту», «ав-ав») заменяются обычными, пусть и несовершенными в фонетическом отношении. После полутора лет ребенок чаще всего воспроизводит контур слова (число слогов), наполняя его звуками-заместителями, более или менее близкими по звучанию слышимому образцу.

У двухлетних детей предметная игра становится более сложной, содержательной. В полтора года дети узнают о предназначении многих вещей, закрепленном в культуре их социального окружения, и с этих пор игра становится все более символической. Образы, которые используют дети в своих играх, похожи на реальные предметы. Этапы развития игры в раннем детстве: на первом этапе (один год) игра носит узко-подражательный характер, представляет собой специфическое манипулирование предметом, сначала строго определенным, который показал взрослый, а затем и другими. На втором этапе репертуар

предметных действий расширяется, и уже не только сам предмет, но и указание взрослого вызывают действия и сложные цепочки действий. На третьем этапе (от полутора до трех лет) возникают элементы воображаемой ситуации, составляющей отличительную особенность игры: замещение одного предмета другим.

*Навыки.* Дети осваивают действия с разнообразными игрушками: разборными (пирамиды, матрешки и др.), строительным материалом и сюжетными игрушками (куклы с атрибутами к ним пр.). Эти действия ребенок воспроизводит и после показа взрослого, и путем отсроченного подражания. Постепенно, из отдельных действий складываются «цепочки», и малыш учится доводить предметные действия до результата: заполняет колечками всю пирамиду, подбирая их поцвету и размеру, из строительного материала возводит по образцу забор, паровозик, башенку и другие несложные постройки. Дети активно воспроизводят бытовые действия, доминирует подражание взрослому. Дети начинают переносить разученное действие с одной игрушкой (кукла) на другие (мишки, зайцы и другие мягкие игрушки); они активно ищут предмет, необходимый для завершения действия (одеяло, чтобы уложить куклу спать; мисочку, чтобы накормить мишку).

*Коммуникация и социализация.* Формируется ситуативно-деловое общение со взрослым, основными характеристиками которого являются: стремление привлечь внимание к своей деятельности; поиск оценки своих успехов; обращение за поддержкой в случае неуспеха; отказ от «чистой» ласки, но принятие ее как поощрения своих достижений. Принципиально важной является позиция ребенка ориентации на образец взрослого, позиция подражания и сотрудничества, признания позитивного авторитета взрослого. Формирования эмоциональной привязанности: индивидуализация привязанности; снижение сепарационной тревоги. Появляются первые социальные эмоции, возникающие преимущественно по типу заражения: сочувствие, сорадование. На втором году жизни у детей при направленной работе взрослого формируются навыки взаимодействия со сверстниками: появляется игра рядом; дети могут самостоятельно играть друг с другом в разученные ранее при помощи взрослого игры («Прятки», «Догонялки»). Однако несовершенство коммуникативных навыков ведет к непониманию и трудностям общения. Ребенок может расплакаться и даже ударить жалеющего его. Он активно протестует против вмешательства в свою игру. Игрушка в руках другого гораздо интереснее для малыша, чем та, что стоит рядом. Отобрав ее у соседа, но, не зная, что делать дальше, малыш ее просто бросает. Общение детей в течение дня возникает, как правило, в процессе предметно-игровой деятельности режимных моментах, а поскольку предметно-игровые действия и самообслуживание только формируются, самостоятельность, заинтересованность в их выполнении следует всячески оберегать. Детей приучают соблюдать «дисциплину расстояния», и они осваивают умение играть и действовать рядом, не мешая друг другу, вести себя в группе соответствующим образом: нелезть в тарелку соседа, подвинуться на диванчике, чтобы мог сесть еще один ребенок, не шуметь в спальне и т.д. При этом они пользуются простыми словами: «на» («возьми»), «дай», «пусти», «не хочу» и др.

*Саморегуляция.* Овладение туалетным поведением. Формирование основ регуляции поведения. В речи появляются оценочные суждения: «плохой, хороший, красивый». Ребенок овладевает умением, самостоятельно есть любые виды пищи, умыться и мыть руки, приобретает навыки опрятности. Совершенствуется самостоятельность детей в предметно-игровой деятельности и самообслуживании. С одной стороны, возрастает самостоятельность ребенка во всех сферах жизни, с другой — он осваивает правила поведения в группе (играть рядом, не мешая другим, помогать, если это понятно и несложно). Все это является основой для развития в будущем совместной игровой деятельности.

*Личность.* Появляются представления о себе, в том числе как представителе пола. Разворачиваются ярко выраженные процессы идентификации с родителями. Формируются предпосылки самосознания через осуществление эффективных предметных действий.

Первая младшая группа (третий год жизни)

Росто-весовые характеристики

Средний вес мальчиков составляет 14,9 кг, девочек – 14,8 кг. Средняя длина тела у мальчиков до 95,7 см, у девочек – 97,3 см.

Функциональное созревание

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Совершенствуются формы двигательной активности.

*Развитие моторики.* Дифференциация развития моторики у мальчиков и девочек. У мальчиков опережающее развитие крупной моторики (к трем годам мальчики могут осваивать езду на велосипеде); у девочек опережающее развитие мелкой моторики (координированные действия с мелкими предметами).

*Психические функции.* Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно - деловое общение ребенка со взрослым; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками.

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. Размышляя об отсутствующих людях или предметах, дети начинают использовать их образы. Третий год жизни знаменуется появлением символического мышления - способности по запечатленным психологическим образам-символам предметов воспроизводить их в тот или иной момент. Теперь они могут проделывать некоторые операции не с реальными предметами, а с их образами, и эти мысленные операции - свидетельство значительно более сложной, чем прежде, работы детского мышления. Переход от конкретно-чувственного «мышления» к образному может осуществляться на протяжении двух лет.

*Детские виды деятельности.* В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок

уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

*Коммуникация и социализация.* На третьем году жизни отмечается рост автономии и изменение отношений со взрослым, дети становятся самостоятельнее. Начинает формироваться критичность к собственным действиям.

*Саморегуляция.* Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи.

*Личность.* У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Завершается ранний возраст кризисом трех лет, который часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

### **Дошкольный возраст (от трех до семи лет)**

#### **Вторая младшая группа (четвертый год жизни)**

Росто-весовые характеристики

Средний вес у мальчиков к четырем годам достигает 17 кг, у девочек – 16 кг. Средний рост у мальчиков к четырем годам достигает 102 см, а у девочек - 100,6 см.

Функциональное созревание

В данном возрасте уровень развития скелета и мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов.

Продолжается формирование физиологических систем организма: дыхания, кровообращения, терморегуляции, обеспечения обмена веществ.

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата проекционной и ассоциативной коры больших полушарий.

*Психические функции.* В три-четыре года память ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Наряду с произвольной памятью, начинает формироваться и произвольная память. Ребенок запоминает эмоционально значимую информацию. На основе накопления представлений о предметах окружающего мира у ребенка интенсивно развивается образное мышление, воображение. Продолжается формирование речи, накопление словаря, развитие связной речи.

В три-четыре года внимание ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Отмечается двусторонняя связь восприятия и внимания – внимание регулируется восприятием (увидел яркое – обратил внимание). В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов — индивидуальных единиц восприятия — переходят к сенсорным эталонам — культурно выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до пяти и более форм предметов и до семи и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса и во всех знакомых ему помещениях образовательной организации.

*Детские виды деятельности.* Система значимых отношений ребенка с социальной средой определяется возможностями познавательной сферы, наличием образного мышления, наличием самосознания и начальными формами произвольного поведения (действие по инструкции, действие по образцу). Социальная ситуация развития характеризуется выраженным интересом ребенка к системе социальных отношений между людьми (мама-дочка, врач-пациент), ребенок хочет подражать взрослому, быть «как взрослый». Противоречие между стремлением быть «как взрослый» и невозможностью

непосредственного воплощения данного стремления приводит к формированию игровой деятельности, где ребенок в доступной для него форме отображает систему человеческих взаимоотношений, осваивает и применяет нормы и правила общения и взаимодействия человека в разных сферах жизни. Игра детей в три-четыре года отличается однообразием сюжетов, где центральным содержанием игровой деятельности является действие с игрушкой, игра протекает либо в индивидуальной форме, либо в паре, нарушение логики игры ребенком не опротестовывается.

В данный период начинают формироваться продуктивные виды деятельности, формируются первичные навыки рисования, лепки, конструирования. Графические образы пока бедны, у одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети начинают активно использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Дети способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

*Коммуникация и социализация.* В общении со взрослыми, наряду с ситуативно-деловой формой общения, начинает интенсивно формироваться внеситуативно-познавательная форма общения, формируются основы познавательного общения. Со сверстниками интенсивно формируется ситуативно-деловая форма общения, что определяется становлением игровой деятельности и необходимостью согласовывать действия с другим ребенком в ходе игрового взаимодействия. Положительно-индифферентное отношение к сверстнику, преобладающее в раннем возрасте, сменяется конкурентным типом отношения к сверстнику, где другой ребенок выступает в качестве средства самопознания.

*Саморегуляция.* В три года у ребенка преобладает ситуативное поведение, произвольное поведение, в основном, регулируется взрослым. При этом ребенок может действовать по инструкции, состоящей из 2-3 указаний. Слово играет в большей степени побудительную функцию, по сравнению с функцией торможения. Эмоции выполняют регулирующую роль, накапливается эмоциональный опыт, позволяющий предвосхищать действия ребенка.

*Личность и самооценка.* У ребенка начинает формироваться периферия самосознания, дифференцированная самооценка. Ребенок, при осознании собственных умений, опирается на оценку взрослого, к четырем годам ребенок начинает сравнивать свои достижения с достижениями сверстников, что может повышать конфликтность между детьми. Данный возраст связан с дебютом личности.

### **Средняя группа (пятый год жизни)**

#### *Росто-весовые характеристики*

Средний вес девочек изменяется от 16 кг в четыре года до 18,4 кг в пять лет, у мальчиков – от 17 кг в четыре года до 19,7 кг в пять лет. Средняя длина тела у девочек изменяется от 100 см в четыре года до 109 см в пять лет, у мальчиков – от 102 см в четыре года до 110 см в пять лет.

#### *Функциональное созревание*

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата ассоциативной коры больших полушарий. Возрастное специализации корковых зон и межполушарных связей. Правое полушарие является ведущим.

Продолжается развитие скелета, мышц, изменяются пропорции тела. Слабо, но проявляются различия в строении тела мальчиков и девочек.

*Психические функции.* Ведущим психическим процессом в данном возрасте является память. В четыре-пять лет интенсивно формируется произвольная память, но эффективность произвольного запоминания выше, чем произвольного. Начинает формироваться опосредованная память, но непосредственное запоминание преобладает. Возрастает объем памяти, дети запоминают до 7-8 названий предметов.

К концу пятого года жизни восприятие становится более развитым.

Интеллектуализация процессов восприятия – разложение предметов и образов на сенсорные эталоны. Восприятие опосредуется системой сенсорных эталонов и способами обследования. Наряду с действиями идентификации и приравнивания к образцу, интенсивно формируются перцептивные действия наглядного моделирования (в основном, через продуктивные виды деятельности). Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Основной характеристикой мышления детей четырех-пяти лет является эгоцентризм. Наряду с интенсивным развитием образного мышления и расширением кругозора, начинает формироваться наглядно-схематическое мышление. Интенсивно формируется воображение. Формируются такие его особенности, как беглость, гибкость. С четырех лет внимание становится произвольным, увеличивается устойчивость произвольного внимания. На пятом году жизни улучшается произношение звуков и дикция, расширяется словарь, связная и диалогическая речь. Речь становится предметом активности детей. Для детей данного возраста характерно словотворчество. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. В период четырех-пяти лет формируются основы познавательной активности и любознательности.

*Детские виды деятельности.* На пятом году жизни ребенок осваивает сложную систему норм и правил, принятых в социуме. Формируется развернутая сюжетно-ролевая игра, где центральным содержанием выступает моделирование системы человеческих отношений в ходе выполнения игровой роли. В данном возрасте в игре дети различают игровые и реальные отношения, характерна ролевая речь. Конфликты чаще возникают в ходе распределения ролей, роли могут меняться в ходе игры. Игра носит процессуальный, творческий характер. Детям доступны игры с правилами, дидактические игры. Развивается изобразительная деятельность. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности, замысел смещается с конца на начало рисования. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Формируются навыки конструирования по образцу, доступно конструирование по схеме, по условию и по замыслу, а также планирование последовательности действий.

Продуктивные виды деятельности способствуют развитию мелкой моторики рук.

*Коммуникация и социализация.* В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативные формы общения, в частности – внеситуативно-познавательная форма общения, возраст «почемучек» приходится именно на четыре-пять лет. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Со сверстниками продолжает формироваться ситуативно-деловая форма общения, что определяется развитием развернутой сюжетно-ролевой игры и совместными видами деятельности со сверстниками. При этом, характер межличностных отношений отличает ярко выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, ребенок болезненно реагирует на похвалу другого ребенка со стороны взрослых, конфликтность со сверстниками также характерна для данного возраста. В группе формируется стабильная структура взаимоотношений между детьми, определяющая социометрический статус каждого ребенка.

*Саморегуляция.* В период от четырех до пяти лет существенно возрастает роль регулятивных механизмов поведения. Потребность в самовыражении (стремление быть компетентным в доступных видах деятельности) определяет развитие произвольности. В игре ребенок может управлять собственным поведением, опираясь на систему правил, заложенных в данной роли. Ребенку доступно осознание основных правил поведения в ходе общения и поведения в социуме. Речь начинает выполнять роль планирования и регуляции

поведения. Интенсивно формируются социальные эмоции (чувство стыда, смущение, гордость, зависть, переживание успеха-неуспеха и др.).

*Личность и самооценка.* У ребенка интенсивно формируется периферия самосознания, продолжает формироваться дифференцированная самооценка. Оценка взрослого, оценка взрослым других детей, а также механизм сравнения своих результатов деятельности с результатами других детей оказывают существенное влияние на характер самооценки и самосознания. Появляется краткосрочная временная перспектива (вчера-сегодня-завтра, было-будет).

### **Старшая группа (шестой год жизни)**

#### *Росто-весовые характеристики*

Средний вес у мальчиков изменяется от 19,7 кг в пять лет до 21,9 кг в шесть лет, у девочек – от 18,5 кг в пять лет до 21,3 кг в шесть лет. Средняя длина тела у мальчиков от 110,4 см в пять лет до 115,9 см в шесть лет, у девочек – от 109,0 см в пять лет до 115,7 см в шесть лет.

#### *Функциональное созревание*

Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.

*Психические функции.* В период от пяти до шести лет детям доступно опосредованное запоминание. Эффективность запоминания с помощью внешних средств (картинок, пиктограмм) может возрастать в 2 раза. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д. Эгоцентризм детского мышления сохраняется. Основой развития мыслительных способностей в данном возрасте является наглядно-схематическое мышление, начинают развиваться основы логического мышления. Формируются обобщения, что является основой словесно-логического мышления. Интенсивно формируется творческое воображение. Наряду с образной креативностью, интенсивно развивается и вербальная креативность по параметрам беглости, гибкости, оригинальности и разработанности. Увеличивается устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Развитие речи идет в направлении развития словаря, грамматической стороны речи, связной речи, ребенку доступен фонематический анализ слова, что является основой для освоения навыков чтения. Проявляется любознательность ребенка, расширяется круг познавательных интересов. Складывается первичная картина мира.

*Детские виды деятельности.* У детей шестого года жизни отмечается существенное расширение регулятивных способностей поведения, за счет усложнения системы взаимоотношений со взрослыми и со сверстниками. Творческая сюжетно-ролевая игра имеет сложную структуру. В игре могут принимать участие несколько детей (до 5-6 человек). Дети шестого года жизни могут планировать и распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей взятой роли по содержанию и интонационно. Нарушение логики игры не принимается и обосновывается. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения, а также нарушением правил. Сюжеты игр становятся более разнообразными, содержание игр определяется логикой игры и системой правил.

Интенсивно развиваются продуктивные виды деятельности, которые способствуют развитию творческого воображения и самовыражения ребенка.

Детям доступны: рисование, конструирование, лепка, аппликация по образцу, условию и по замыслу самого ребенка. Необходимо отметить, что сюжетно-ролевая игра и продуктивные виды деятельности в пять-шесть лет приобретают целостные формы

поведения, где требуется целеполагание, планирование деятельности, осуществление действий, контроль и оценка. Продуктивные виды деятельности могут осуществляться в ходе совместной деятельности.

**Коммуникация и социализация.** В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям, дружба. Характер межличностных отношений отличает выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастанием просоциальных форм поведения. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

**Саморегуляция.** В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами.

**Личность и самооценка.** Складывается первая иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.

### **Подготовительная к школе группа (седьмой год жизни)**

**Росто-весовые характеристики**

Средний вес мальчиков к семи годам достигает 24,9 кг, девочек – 24,7 кг. Средняя длина тела у мальчиков к семи годам достигает 123,9, у девочек – 123,6 см.

В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину («*полуростовой скачок роста*»), причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица.

**Функциональное созревание**

Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам.

Качественные изменения в развитии телесной сферы ребенка (полуростовой скачок) отражает существенные изменения в центральной нервной системе. К шести-семи годам продолжительность необходимого сна составляет 9-11 часов, при этом длительность цикла сна возрастает до 60-70 минут, по сравнению с 45-50 минутам у детей годовалого возраста, приближаясь к 90 минутам, характерным для сна детей старшего возраста и взрослых.

Важнейшим признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения, в том числе к такой важнейшей функции как письму – отдельные элементы письма объединяются в буквы и слова.

К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер. Дети называют более мелкие детали, присутствующие в изображении предметов, могут дать оценку предметов в отношении их красоты, комбинации тех или иных черт.

Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров.

**Психические функции.** К шести-семи годам особую значимость приобретает процесс формирования «взрослых» механизмов восприятия. Формируется способность

дифференцировать слабо различающиеся по физическим характеристикам и редко появляющиеся сенсорные стимулы. Качественные перестройки нейрофизиологических механизмов организации системы восприятия позволяют рассматривать этот период как *сенситивный* для становления когнитивных функций, в первую очередь произвольного внимания и памяти. Время сосредоточенного внимания, работы без отвлечений по инструкции достигает 10-15 минут.

Детям становятся доступны формы опосредованной памяти, где средствами могут выступать не только внешние объекты (картинки, пиктограммы), но и некоторые мыслительные операции (классификация). Существенно повышается роль словесного мышления, как основы умственной деятельности ребенка, все более обособляющегося от мышления предметного, наглядно-образного. Формируются основы словесно-логического мышления, логические операции классификации, сериации, сравнения. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Увеличивается длительность произвольного внимания (до 30 минут). Развитие речи характеризуется правильным произношением всех звуков родного языка, правильным построением предложений, способностью составлять рассказ по сюжетным и последовательным картинкам. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развивается диалогическая речь и некоторые виды монологической речи, формируются предпосылки к обучению чтению. Активный словарный запас достигает 3,5 - 7 тысяч слов.

*Детские виды деятельности.* Процессуальная сюжетно-ролевая игра сменяется результативной игрой (игры с правилами, настольные игры). Игровое пространство усложняется. Система взаимоотношений в игре усложняется, дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Продуктивные виды деятельности выступают как самостоятельные формы целенаправленного поведения. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Дети подготовительной к школе группы в значительной степени осваивают конструирование из различного строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа, как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Способны выполнять различные по степени сложности постройки, как по собственному замыслу, так и по условиям.

*Коммуникация и социализация.* В общении со взрослыми интенсивно проявляется внеситуативно-личностная форма общения. В общении со сверстниками преобладает внеситуативно-деловая форма общения. Характер межличностных отношений отличается выраженным интересом по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастание просоциальных форм поведения, феномен детской дружбы, активно проявляется эмпатия, сочувствие, содействие, сопереживание. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

*Саморегуляция.* Формируется соподчинение мотивов. Социально значимые мотивы регулируют личные мотивы, «надо» начинает управлять «хочу». Выражено стремление ребенка заниматься социально значимой деятельностью. Происходит «потеря непосредственности» (по Л.С. Выготскому), поведение ребенка опосредуется системой внутренних норм, правил и представлений. Формируется система реально действующих мотивов, связанных с формированием социальных эмоций, актуализируется способность к «эмоциональной коррекции» поведения. Постепенно формируются предпосылки к произвольной регуляции поведения по внешним инструкциям. От преобладающей роли эмоциональных механизмов регуляции постепенно намечается переход к рациональным, волевым формам.

*Личность и самооценка.* Складывается иерархия мотивов. Формируется

дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, соотнесение с названием своего места жительства, со своей культурой и страной); первичная картина мира, которая включает представление о себе, о других людях и мире в целом, чувство справедливости.

## **1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают непропорциональными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров ДО, которые описаны как основные характеристики развития ребенка.

Основные характеристики развития ребенка представлены в виде перечисления возможных достижений воспитанников.

Обозначенные в Программе возрастные ориентиры «к трем годам» имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребенком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребенок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении основной образовательной программы Организации и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

## **1.3. Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика является основой для целенаправленной деятельности, начальным и завершающим этапом проектирования образовательного процесса в группе. Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Цель: получить оперативные данные о текущем реальном состоянии и тенденциях изменения объекта диагностирования. Это не столько изучение детей, сколько раскрытие ресурсов образовательной деятельности и эффективности их использования в дошкольной организации.

Задача педагогической диагностики – получить наиболее полную информацию об индивидуальных особенностях развития детей, на основании которой могут быть разработаны рекомендации по совершенствованию образовательной деятельности

Периодичность проведения педагогической диагностики: проведение на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы, в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (финальная/заключительная диагностика).

При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и др.), специальных диагностических ситуаций. При необходимости используются специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития.

Ведущим методом педагогической диагностики является наблюдение. Осуществляя педагогическую диагностику, педагог наблюдает за поведением ребенка в естественных условиях, в разных видах деятельности, специфичных для детей раннего и дошкольного возраста. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка.

Педагог устанавливает соответствие общих планируемых результатов с результатами достижений ребенка в каждой образовательной области.

В процессе наблюдения педагог обращает внимание на частоту проявления каждого показателя, самостоятельность и инициативность ребенка в деятельности. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя. Самостоятельность выполнения действия позволяет определить зону актуального и ближайшего развития ребенка. Инициативность свидетельствует о проявлении субъектности ребенка в деятельности и взаимодействии.

Результаты наблюдения фиксируются в карте развития ребенка. В карте развития ребенка отражаются показатели возрастного развития ребенка, критерии их оценки, что позволит педагогу отследить, выявить и проанализировать динамику в развитии ребенка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учетом индивидуальных особенностей развития ребенка и его потребностей.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует развивающую предметно-пространственную среду (РППС), мотивирующую активную творческую деятельность воспитанников, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

Методика организации мониторинга подобрана специалистом инструкторам по физической культуре в соответствии с реализуемой Программой. Контрольные упражнения предлагаются в игровой и соревновательной форме. Результаты заносятся в диагностическую карту.

Мониторинг проходит с использованием методических рекомендаций Н.Л. Петренкиной «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: методические рекомендации»; «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации» Т.А.Тарасова.

Педагогическая диагностика проводится 2 раза в год по 2 недели (сентябрь, май). В сентябре (стартовая) и в конце учебного года (финальная).

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям:

1 балл - ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;

2 балла - ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;

3 балла - ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;  
4 балла - ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;

5 баллов - ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Содержание диагностики - индивидуальные достижения детей по пяти образовательным областям:

1. Социально-коммуникативное развитие.
2. Познавательное развитие.
3. Речевое развитие.
4. Художественно-эстетическое развитие.
5. Физическое развитие.

Способ фиксации результатов диагностики - диагностическая карта.

Для проведения индивидуальной педагогической диагностики на разных этапах освоения программы используется следующее диагностическое пособие:

Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 2—3 лет в группе детского сада/ составитель Н. В. Верещагина. — СПб.: Детство-Пресс, 2022. — 16 с.  
Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 3—4 лет в группе детского сада/ составитель Н. В. Верещагина. — СПб.: Детство-Пресс, 2022. — 16 с.

Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 4—5 лет в группе детского сада/ составитель Н. В. Верещагина. — СПб.: Детство-Пресс, 2022. — 16 с.

Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 5—6 лет в группе детского сада/ составитель Н. В. Верещагина. — СПб.: Детство-Пресс, 2022. — 16 с.

Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 6—7 лет в группе детского сада/ составитель Н. В. Верещагина. — СПб.: Детство-Пресс, 2022. — 16 с.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

### 2.1.1. Содержание работы по физическому развитию во второй группе раннего возраста для детей 2-3 лет

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Во второй группе раннего возраста детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;

поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;

формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;

укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

*Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).*

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазание: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); врассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

*Общеразвивающие упражнения:*

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в т.ч., сидя на стуле или на скамейке. Упражнения проводятся в игровой форме.

*Подвижные игры:* педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

### **2.1.2. Содержание работы по физическому развитию в младшей группе для детей 3-4 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-

ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

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

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

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

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

Содержание образовательной деятельности

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

*Основная гимнастика* (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегającego; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см);

через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); прыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения -разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

*Подвижные игры:* педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «Скочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

*Спортивные упражнения:* педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности

в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

*Формирование основ здорового образа жизни:* педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

*Активный отдых.*

Физкультурные досуги: досуг проводится 1 раз в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально- ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

### **2.1.3. Содержание работы по физическому развитию в средней группе для детей 4-5 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в т.ч. музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Содержание образовательной деятельности

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м; ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком; ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной); бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием; прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой; упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с нос-ка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята колено вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на

всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекаладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разной темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

**Ритмическая гимнастика:** музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разной темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

**Строевые упражнения:** педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, в рассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

**Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки». С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается». С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята». С бросанием и ловлей. «Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку». На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки». Народные игры. «У медведя во бору» и др.

**Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

**Катание на санках:** подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

**Формирование основ здорового образа жизни:** педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

#### Активный отдых

**Физкультурные праздники и досуги:** педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники

проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1 раз в месяц во второй половине дня, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

#### **2.1.4. Содержание работы по физическому развитию в старшей группе для детей 5-6 лет**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх,

соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Содержание образовательной деятельности

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке,

направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба

«змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группа-ми, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5- 2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3- 5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног,

сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднятие и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика.

Музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения.

Педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

Подвижные игры.

Педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность. Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси- лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку»,

«Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок?», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полу-кона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом. Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении;

ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

Активный отдых

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в т.ч., спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1 раз в месяц во второй половине дня, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог формирует представления о туризме как виде

активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

### **2.1.5. Задачи и содержание работы по физическому развитию в подготовительной группе для детей 6-7 лет**

Содержание образовательной деятельности

«Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;

поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;

воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

*Основная гимнастика* (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, в рассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катая перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение

«ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, переключивание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качество выполнения движений, в т.ч., в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обручодной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

*Подвижные игры:* педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в т.ч., игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые

подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно- нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка». С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?»,

«Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян». Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно», лапта.

*Спортивные игры:* педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание

4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, пере- двигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве, в зале): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

*Спортивные упражнения:* педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

*Формирование основ здорового образа жизни:* педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

#### *Активный отдых*

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные

спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1 раз в месяц во второй половине дня, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в т.ч., игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в т.ч. физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье»,

что предполагает:

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормами правилам;

воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности,

уверенности и других личностных качеств;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

## **2.2. Взаимодействие взрослых с детьми (вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы)**

При реализации Программы используются различные образовательные технологии, в т.ч. дистанционные образовательные технологии, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения при реализации Программы осуществляются в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы определяются в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Согласно ФГОС ДО используются различные формы реализации Программы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

игровая деятельность (сюжетно-ролевая, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие);

## **2.3. Способы организации детей на занятии по физкультурной культуре.**

**Фронтальный способ.** Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом и т.д.

**Фронтально-поточный способ.** Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

**Индивидуальный способ.** Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе занятий по физической культуре.

Вариативность форм, методов и средств реализации Программы зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей.

При выборе форм, методов, средств реализации Программы учитываются субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

**Продолжительность занятия по физической культуре:**

- 10 мин. - 1-я группа раннего возраста
- 10 мин. - 2-я группа раннего возраста
- 15 мин. - младшая группа
- 20 мин. - средняя группа
- 25 мин. - старшая группа
- 30 мин. - подготовительная к школе группа

Занятие по физической культуре состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Занятие по физической культуре может быть организовано разнообразно:

- по традиционной схеме
- состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности.
- тренировки в основных видах движений
- ритмическая гимнастика
- соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей
- зачеты, во время которых дети выполняют диагностические задания
- сюжетно - игровые
- по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания

используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования.

#### **2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.**

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением.

Главными целями взаимодействия с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;

обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Достижение этих целей осуществляется через решение основных задач:

информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого- педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;

построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;

вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровья и сохранения ребёнка.

Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;

информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

Направления деятельности реализуются в разных формах (групповых и (или) индивидуальных) посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями):

диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;

просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

Привлечение родителей к помощи при подготовке к спортивным праздникам, досугам, соревнованиям, помощь в изготовлении пособий и костюмов, атрибутов.

## 2.5. Перспективный план по работе с родителями

Тема	Форма	Месяц
1.«Роль семьи в формировании двигательной активности детей» 2. «Физическое воспитание в семье»	Беседа Анкетирование	Сентябрь
1. «Чистые руки - залог здоровья!» 2. «Десять советов родителям по укреплению физического здоровья детей»	Информационный стенд. Памятки для родителей	Октябрь
1. «Профилактика плоскостопия у детей» 2.Консультации для родителей по профилактике плоскостопия у детей по итогам диагностирования (плантограмма стопы)	Информационный стенд Индивидуальные беседы	Ноябрь
1. «Зарядка – это весело!» 2. «Закаливание детей в зимний период»	Информационный стенд Беседа	Декабрь
1. «Какое место занимает физкультура в вашей семье?» 2. «Игры зимой на свежем воздухе»	Анкетирование Информационный стенд	Январь
1.«Здоровый образ жизни – это важно!» 2. «Мой папа самый сильный и спортивный!»	Информационный стенд Фотовыставка	Февраль
1. «Папа, мама, я – спортивная семья!» 2. «Спортивный уголок дома»	Спортивный праздник Информационный стенд	Март
1. «Активный отдых всей семьей» 2. «Правильная осанка – гарант здоровья ваших детей»	Информационный стенд Беседа	Апрель
1. «Закаливание детей в летний период» 2. «Подвижные игры летом на улице»	Информационный стенд Памятки для родителей	Май

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

Психолого-педагогические условия реализации Программы

*Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:*

*признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;*

*решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия. При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;*

*обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса, в т.ч. дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);*

*учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);*

*создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;*

*построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;*

*индивидуализация образования (в т.ч. поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);*

*совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;*

*психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;*

*вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;*

*формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;*

*непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Программы, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;*

*взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования,*

культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

*использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;*

*предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;*

*обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в т.ч. в информационной среде.*

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

РППС спортивных залов рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

РППС включает организованное пространство, материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

*При проектировании РППС спортивных залов учтены:*

местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи Программы для разных возрастных групп; возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

*РППС спортивных залов соответствует:*

требованиям ФГОС ДО; образовательной программе ДОО; материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в детском саду; возрастным особенностям детей; воспитывающему характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивных залов способствует сохранению целостности образовательного процесса и включает все необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей согласно ФГОС ДО.

РППС спортивных залов обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и прочее, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья.

В соответствии с ФГОС ДО РППС спортивных залов является содержательно-насыщенной; трансформируемой; полифункциональной; доступной; безопасной.

РППС залов обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

Созданы условия для информатизации образовательного процесса. В спортивных залах имеется оборудование для использования информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе. Обеспечено подключение к сети Интернет с учётом регламентов безопасного пользования сетью Интернет.

### 3.1. Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Название группы	Периодичность	Ответственный
I. Мониторинг				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все группы	2 раза в год (сентябрь и апрель)	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
II. Двигательная деятельность				
	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
	Занятия по физической культуре	Все группы	В соответствии с расписанием	Инструктор по физической культуре
	Физкультминутки, физкульт. паузы, в т.ч. пальчиковая гимнастика.	Все группы	Ежедневно (во время утренних занятий, между занятиями)	Воспитатели групп инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
	Динамические паузы	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
	Свободная самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
	Подвижные игры	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп

	Спортивные упражнения	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	По календарному плану	Воспитатели групп
	Физкультурные досуги	Все группы (кроме групп раннего возраста)	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре
	Физкультурные праздники	Все группы	2 раза в год	Воспитатели групп инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
	Неделя спорта	Все группы (кроме групп раннего возраста)	январь	Воспитатели групп инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
	День Здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ноябрь, февраль, май	Воспитатели групп инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель
<b>III. Физкультурно-рекреационная работа</b>				
	Участие в районном Конкурсе «Весенняя капель»	Подготовительная группа	Октябрь	Инструктор по физической культуре
	Участие в районных, городских спортивных соревнованиях «Веселые старты»	Подготовительная группа	Апрель, июнь	Инструктор по физической культуре
<b>IV. Профилактические мероприятия</b>				
	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, Работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
	Гимнастика для глаз	Все дети	В течение года	Воспитатели

	Самомассаж	Все дети	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, Воспитатели
<b>V. Закаливание</b>				
	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитател
	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
	Мытье рук, лица.	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

### 3.2. Организация двигательного режима

Формы организации	Первая группа раннего возраста	Вторая групп раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физкультурная ОД		10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Утренняя гимнастика		4-6 мин	6-8 мин	6-8 мин	8-10мин	10-12мин
Подвижные игры и физические упражнения в группе		Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10-15 мин	Ежедневно 15-20 мин	Ежедневно 15 - 20 мин	Ежедневно 20 - 25 мин
Физминутка во время занятия	Ежедневно 1-3мин			Ежедневно 3-5мин		
Подвижная игра и физические упражнения на прогулке (утренняя и вечерняя)		Ежедневно 2 раза – 8-10 мин	Ежедневно 2 раза – 15-20 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 20-25 мин	Ежедневно 2 раза – 25-30 мин
Инд.раб. по развитию движений на Прогулке		6-10 мин	8-10мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Гимнастика после дневного сна		4-6 мин	5-10мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин

Спортивные развлечения		10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30мин
Спортивные праздники			20 мин/ 2 раза в год	40 мин 2 раза в год	60 мин 2 аза в год	
Неделя спорта			15-20 мин	20-25 мин	20-25 мин	25-30мин
Самостоятельная двигательная деятельность		10-15 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин

### 3.3. Взаимодействие инструктора по физической культуре с специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

#### *Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя*

Перед физкультурной од воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (кедами), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Во время выполнения общеразвивающих упражнений помогает исправлять ошибки, при выполнении сложно-координационных упражнений помогает страховать детей. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Срок проведения	Тема консультаций	С кем проводиться
Сентябрь	«Гигиеническое значение спортивной формы»	Воспитатели всех групп
Октябрь	Подведение итогов диагностики	Воспитатели всех групп
Ноябрь	«Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников»	Воспитатели всех групп
Декабрь	«Значение физ. минуток»	Воспитатели всех групп
Февраль	«Подвижные игры – путь к ЗОЖ»	Воспитатели всех групп
Март	«Весенние подвижные игры»	Воспитатели всех групп
Апрель	«Подвижные игры по произведениям художественной литературы»	Воспитатели всех групп

Май	«Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в 2023 – 2024 учебном году»	Педсовет
-----	--	----------

*Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя*

Музыка воздействует на эмоции детей; создает у них хорошее настроение; помогает активировать умственную деятельность; способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации; освобождает инструктора или воспитателя от подсчета; привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Инструктор по физической культуре совместно с музыкальным руководителем планирует, составляет и проводит спортивно-музыкальные досуги и праздники. Украшают зал перед проведением открытых мероприятий, изготавливают новые атрибуты.

**Календарное планирование занятий по физической культуре в первой младшей группе  
«Репка» и «Колобок» на 2023-2024 учебный год.**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	«Репка» 04.09.23 «Колобок» 06.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Прыжки на двух ногах; проползание заданного расстояния; скатывание мяча с горки.	Занятие 1, стр. 27 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
2.	«Репка» «Колобок» 08.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Прыжки на двух ногах с хлопками на месте. Катание мяча в паре с воспитателем.	Занятие 2, стр. 27 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
3.	«Репка» 11.09.23 «Колобок» 13.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Катание мяча двумя руками воспитателю.	Занятие 3, стр. 28 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
4.	«Репка» «Колобок» 15.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Пролезание в вертикально стоящий обруч. Катание мяча двумя руками воспитателю.	Занятие 4, стр. 28 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада» С. Ю. Федорова
5.	«Репка» 18.09.23 «Колобок» 20.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Пролезание в вертикально стоящий обруч. Прыжки на двух ногах с хлопками, продвигаясь вперед. Катание мяча двумя руками.	Занятие 5, стр. 29 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
6.	«Репка» «Колобок» 22.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Пролезание в вертикально стоящий обруч. Прыжки на двух ногах с хлопками, продвигаясь вперед. Прокатывание мяча одной рукой воспитателю.	Занятие 6, стр. 29 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
7.	«Репка» 25.09.23 «Колобок» 27.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Упражнения с флажками. Подпрыгивание вверх до ладони воспитателя. Проползание в обруч. Игровое упражнение «Собери колечки»	Занятие 7, стр. 29 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
8.	«Репка» «Колобок» 29.09.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Упражнения с флажками. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением. Катание мяча одной и двумя руками.	Занятие 8, стр. 30 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова

9.	«Репка» 02.10.23 «Колобок» 04.10.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Подпрыгивание до предмета. Подползание под веревку. Игровое упражнение «Собери колечки».	Занятие 9, стр. 32 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
10.	«Репка» «Колобок» 06.10.23	Ходьба и бег по сигналу воспитателя. Подпрыгивание до предмета. Подползание под веревку. Игровое упражнение «Собери колечки».	Занятие 10, стр. 33 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
11.	«Репка» 09.10.23 «Колобок» 11.10.23	Ходьба с движением рук. Бег по сигналу. Упражнения с платочками. Подпрыгивание вверх. Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним.	Занятие 11, стр. 33 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
12.	«Репка» «Колобок» 13.10.23	Ходьба с движением рук. Бег по сигналу. Подпрыгивание вверх. Проползание в обруч с захватыванием игрушки, впереди стоящей. Прокатывание и бег за мячом.	Занятие 12, стр. 34 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
13.	«Репка» 16.10.23 «Колобок» 17.10.23	Ходьба с движением рук. Бег в разных направлениях за воспитателем. Подпрыгивание до игрушки. Подползание под веревку. Катание мяча в паре с воспитателем.	Занятие 13, стр. 34 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
14.	«Репка» «Колобок» 20.10.23	Ходьба с движением рук. Бег в разных направлениях за воспитателем. Упражнения с платочками. Подпрыгивание вверх. Прокатывание мяча под дугу и проползание за ним	Занятие 14, стр. 35 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
15.	«Репка» 23.10.23 «Колобок» 25.10.23	Ходьба с движением рук. Бег в разных направлениях. Подпрыгивание вверх до ладони воспитателя. Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча. Прокатывание мяча между предметами.	Занятие 15, стр. 35 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
16.	«Репка» «Колобок» 27.10.23	Ходьба с движением рук. Бег в разных направлениях. Подпрыгивание вверх до ладони воспитателя. Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом мяча. Прокатывание мяча между предметами.	Занятие 15, стр. 35 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
17.	«Репка» 30.10.23 «Колобок»	Ходьба стайкой за воспитателем. Бег от воспитателя. Проползание в вертикальный	Занятие 16, стр. 36 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского

	01.11.23	обруч. Подпрыгивание до предмета, находящегося выше роста ребенка.	сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
18.	«Репка» «Колобок» 03.11.23	Ходьба в прямом направлении. Бег не наталкиваясь друг на друга. Упражнения с кубиками. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Скатывание мяча с горки.	Занятие 17, стр. 38 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
19.	«Репка» «Колобок» 10.11.23	Ходьба в прямом направлении. Бег не наталкиваясь друг на друга. Упражнения с кубиками. Прыжки на двух ногах с мячом в руках. Проползание заданного расстояния, прокатывая мяч вперед.	Занятие 18, стр. 39 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
20.	«Репка» 13.11.23 «Колобок» 15.11.23	Ходьба по кругу взявшись за руки. Бег в разных направлениях. Подпрыгивание до двух игрушек. Проползание под дугами. Прокатывание двух мячей поочередно.	Занятие 19, стр. 39 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
21.	«Репка» «Колобок» 17.11.23	Ходьба по кругу взявшись за руки. Бег в разных направлениях. Проползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола. Игровое упражнение догони мяч.	Занятие 20, стр. 40 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
22.	«Репка» 20.11.23 «Колобок» 22.11.23	Ходьба в прямом направлении. Бег в разных направлениях. Упражнения на мягких модулях. Перепрыгивание через веревку на двух ногах.	Занятие 21, стр. 40 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
23.	«Репка» «Колобок» 24.11.23	Ходьба в прямом направлении. Бег не наталкиваясь друг на друга. Подпрыгивание до погремушки. Проползание под дугу. Прокатывание мячей друг другу.	Занятие 22, стр. 40 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
24.	«Репка» 27.11.23 «Колобок» 29.11.23	Ходьба в прямом направлении. Бег не наталкиваясь друг на друга. Подпрыгивание до погремушки. Проползание под дугу. Прокатывание мячей друг другу.	Занятие 24, стр. 40 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
25.	«Репка» «Колобок» 01.12.23	Ходьба перешагивая через предметы. Бег за воспитателем и от него. Упражнения со скамейкой. Перепрыгивание через веревку. Скатывание мяча с горки. Игровое упражнение «Пройди по дорожке»	Занятие 25, стр. 44 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
26.	«Репка» 04.12.23	Ходьба перешагивая через предметы. Бег за воспитателем и от него. Упражнения со	Занятие 26, стр. 44 «Планы физкультурных занятий в

	«Колобок» 06.12.23	скамейкой. Перепрыгивание через веревку. Скатывание мяча с горки. Игровое упражнение «Пройди по мостику»	ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
27.	«Репка» «Колобок» 08.12.23	Ходьба в прямом направлении. Бег за предметами. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Перелезание через валик. Игровое упражнение «Через ручеек»	Занятие 27, стр. 45 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
28.	«Репка» 11.12.23 «Колобок» 13.12.23	Ходьба в прямом направлении. Бег за предметами. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Перелезание через валик. Игровое упражнение «Лови мяч»	Занятие 28, стр. 45 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
29.	«Репка» «Колобок» 15.12.23	Ходьба в прямом направлении. Бег за предметами. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Перелезание через валик. Игровое упражнение «Перелезь через бревно»	Занятие 29, стр. 46 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
30.	«Репка» 18.12.23 «Колобок» 20.12.23	Ходьба в прямом направлении. Бег за предметами. Проползание в воротца. Подпрыгивание на двух ногах с хлопком. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Через ручеек»	Занятие 30, стр. 46 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
31.	«Репка» «Колобок» 22.12.23	Ходьба в прямом направлении. Бег за предметами. Проползание в воротца. Подпрыгивание на двух ногах с хлопком. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Прокати мяч»	Занятие 31, стр. 47 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
32.	«Репка» 25.12.23 «Колобок» 27.12.23	Ходьба в прямом направлении. Бег за предметами. Проползание в воротца. Подпрыгивание на двух ногах с хлопком. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Прокати мяч»	Занятие 32, стр. 47 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
33.	«Репка» «Колобок» 12.01.24	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег догоняя предметы. Прыжки в высоту. Ползание через валик. Бросание мяча двумя руками снизу.	Занятие 33, стр. 49 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
34.	«Репка» 15.01.24 «Колобок» 17.01.23	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег догоняя предметы. Прыжки в высоту. Ползание через валик. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Пройди по дорожке»	Занятие 34, стр. 50 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова

35.	«Репка» «Колобок» 19.01.24	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег догоняя предметы. Перепрыгивание через веревку. Бросание мяча двумя руками снизу. Подлезание под веревку. Игровое упражнение «Прокати мяч»	Занятие 35, стр. 50 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
36.	«Репка» 22.01.24 «Колобок» 24.01.24	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в разных направлениях. Упражнения с лентами. Прыжки. Ползание. Игровое упражнение «Лови мяч»	Занятие 36, стр. 51 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
37.	«Репка» «Колобок» 26.01.24	Ходьба по кругу взявшись за руки. Бег в разных направлениях. Проползание под гимнастическую палку, расположенную на высоте 50 см от пола. Игровое упражнение «Догони мяч».	Занятие 37, стр. 51 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
38.	«Репка» 29.01.24 «Колобок» 31.01.24	Ходьба по кругу взявшись за руки. Бег за предметами. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Перелезание через валик. Игровое упражнение «Брось мяч»	Занятие 38, стр. 52 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
39.	«Репка» «Колобок» 02.02.24	Ходьба приставными шагами. Бег в разных направлениях. Прыжки вверх. Ползание под дугу. Перебрасывание малого мяча через веревку.	Занятие 39, стр. 52 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
40.	«Репка» 05.02.24 «Колобок» 07.02.24	Ходьба со сменой направления. Бег между двумя линиями. Упражнения на мягких модулях. Прыжки. Ползание. Игровое упражнение «Скати с горки»	Занятие 41, стр. 55 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
41.	«Репка» «Колобок» 09.02.24	Ходьба со сменой направления. Бег между двумя линиями. Упражнения на мягких модулях. Прыжки. Ползание. Игровое упражнение «Скати и догони»	Занятие 42, стр. 56 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
42.	«Репка» 12.02.24 «Колобок» 12.02.24	Ходьба со сменой направления. Бег между двумя линиями. Упражнения на мягких модулях. Прыжки. Ползание. Игровое упражнение «Пройди по мостику»	Занятие 43, стр. 56 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
43.	«Репка» «Колобок» 16.02.24	Ходьба перешагивая через предметы. Бег перешагивая через предметы. Упражнения с кубиком. Перепрыгивание. Проползание. Прокатывание мячей.	Занятие 45, стр. 57 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова

			сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
44.	«Репка» 19.02.24 «Колобок» 21.02.24	Ходьба с опорой на зрительные ориентиры. Бег в разных направлениях. Упражнения с лентами. Прыжки. Ползание. Игровое упражнение «Попрыгай как мячик»	Занятие 46, стр. 58 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
45.	«Репка» 26.02.24 «Колобок» 28.02.24	Ходьба перешагивая через предметы. Бег между линиями. Упражнения с кубиками. Ползание под веревку. Бросание мяча двумя руками снизу. Игровое упражнение «Через ручеек»	Занятие 48, стр. 59 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
46.	«Репка» «Колобок» 01.03.24	Ходьба огибая предметы. Бег между линиями. Упражнения с флажками. Бросание мяча воспитателю. Ползание. Игровое упражнение «Перешагни через палку»	Занятие 49, стр. 61 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
47.	«Репка» 04.03.24 «Колобок» 06.03.24	Ходьба огибая предметы. Бег между линиями. Упражнения с флажками. Бросание мяча воспитателю. Ползание. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч»	Занятие 50, стр. 61 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
48.	«Репка» 11.03.24 «Колобок» 13.03.24	Ходьба со сменой характера движения. Бег. Перелезание через бревно. Бросание мяча. Игровое упражнение «Перепрыгни через ручеек»	Занятие 51, стр. 62 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
49.	«Репка» «Колобок» 15.03.24	Ходьба со сменой характера движения. Бег. Перелезание через бревно. Бросание мяча. Игровое упражнение «Пройди по дорожке»	Занятие 52, стр. 62 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
50.	«Репка» 18.03.24 «Колобок» 20.03.24	Ходьба огибая предметы. Бег между линиями. Упражнения с флажками. Бросание мяча воспитателю. Ползание. Игровое упражнение «Курочка хохлатка»	Занятие 53, стр. 63 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
51.	«Репка» «Колобок» 22.03.24	Ходьба огибая предметы. Бег между линиями. Упражнения с флажками. Бросание мяча воспитателю. Ползание. Игровое упражнение «Пройди по дорожке»	Занятие 54, стр. 63 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
52.	«Репка» 25.03.24 «Колобок»	Ходьба со сменой направления. Бег между двумя линиями. Упражнения на мягких	Занятие 55, стр. 64 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского

	27.03.24	модулях. Прыжки. Ползание. Игровое упражнение «Через ручеек»	сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
53.	«Репка» «Колобок» 29.03.24	Ходьба огибая предметы. Бег между линиями. Упражнения с флажками. Бросание мяча воспитателю. Ползание. Игровое упражнение «Курочка хохлатка»	Занятие 56, стр. 64 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
54.	«Репка» 01.04.24 «Колобок» 03.04.24	Ходьба с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя линиями. Подпрыгивание до предмета. Ползание под веревку. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Мишки по лесу идут»	Занятие 57, стр. 67 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
55.	«Репка» «Колобок» 05.04.24	Ходьба со сменой характера по заданию. Бег со сменой направления. Игровое упражнение «Мишки по лесу идут»	Занятие 58, стр. 67 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
56.	«Репка» 08.04.24 «Колобок» 10.04.24	Ходьба, бег по заданию. Упражнения с платочками. Подпрыгивание, ползание, прокатывание мяча. Игровое упражнение «Курочка – хохлатка»	Занятие 59, стр. 68 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
57.	«Репка» «Колобок» 12.04.24	Ходьба с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя линиями. Подпрыгивание до предмета. Ползание под веревку. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Мишки по лесу идут»	Занятие 60, стр. 68 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
58.	«Репка» 15.04.24 «Колобок» 17.04.24	Ходьба, бег по заданию. Упражнения с платочками. Подпрыгивание, ползание, прокатывание мяча. Игровое упражнение «Попади в воротца»	Занятие 61, стр. 69 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
59.	«Репка» «Колобок» 19.04.24	Ходьба, бег по заданию. Перепрыгивание через две линии. Перелезание через бревно. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Попади в воротца»	Занятие 62, стр. 69 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
60.	«Репка» 22.04.24 «Колобок» 24.04.24	Ходьба с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см. Бег между двумя линиями. Подпрыгивание до предмета. Ползание под веревку. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Попади в воротца»	Занятие 63, стр. 70 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова

61.	«Репка» «Колобок» 26.04.24	Ходьба, бег по заданию. Перепрыгивание через две линии. Перелезание через бревно. Прокатывание мяча. Игровое упражнение «Попади в воротца»	Занятие 64, стр. 70 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
62.	«Репка» «Колобок» 03.05.24	Ходьба с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см. Бег. Прыжки с продвижением вперед. Пролезание в два вертикальных обруча. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч»	Занятие 65, стр. 73 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
63.	«Репка» 06.05.24 «Колобок» 08.05.24	Ходьба, огибая предметы. Бег. Упражнения на мягких модулях. Прыжки на двух ногах. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч»	Занятие 66, стр. 73 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
64.	«Репка» 13.05.24 «Колобок» 15.05.24	Ходьба с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см. Бег. Подпрыгивание до игрушек. Игровое упражнение «Перешагни через ручеек»	Занятие 67, стр. 74 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
65.	«Репка» «Колобок» 17.05.24	Ходьба, огибая предметы. Бег. Упражнения на мягких модулях. Прыжки на двух ногах. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч»	Занятие 67, стр. 74 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
66.	«Репка» 20.05.24 «Колобок» 22.05.24	Ходьба, огибая предметы. Бег. Упражнения на мягких модулях. Прыжки на двух ногах. Игровое упражнение «Попади в воротца»	Занятие 68, стр. 74 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
67.	«Репка» «Колобок» 24.05.24	Ходьба с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см. Бег. Подпрыгивание до игрушек. Игровое упражнение «Перешагни через ручеек»	Занятие 69, стр. 75 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова
68.	«Репка» 27.05.24 «Колобок» 31.05.24	Ходьба, огибая предметы. Бег. Упражнения на мягких модулях. Прыжки на двух ногах. Игровое упражнение «Мой веселый, звонкий мяч»	Занятие 70, стр. 75 «Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада 2-3 года» С. Ю. Федорова

**Календарное планирование занятий по формированию основ здорового образа жизни в первой младшей группе на 2023-2024 учебный год.**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	«Репка» 13.09.23 «Колобок» 11.09.23	Растем здоровыми. (Профилактика плоскостопия)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 11.
2.	«Репка» 27.09.23 «Колобок» 25.09.23	Детские ладошки. (Дыхание и пальчиковая гимнастика)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 13.
3.	«Репка» 11.10.23 «Колобок» 09.10.23	Забавные жучки-паучки (Профилактика мышечного корсета)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 14.
4.	«Репка» 25.10.23 «Колобок» 23.10.23	Ласковая киска. (Дыхательная гимнастика, упражнения корригирующей гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 18.
5.	«Репка» 16.11.23 «Колобок» 13.11.23	Части тела. (Дыхательная гимнастика, элементы самомассажа)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 22.
6.	«Репка» 30.11.23 «Колобок» 27.11.23	Цирковые медвежата (Упражнения с элементами дыхательной гимнастики и самомассажа)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 25.
7.	«Репка» 13.12.23 «Колобок» 11.12.23	Серенький зайчишка (Дыхательная гимнастика)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 27.
8.	«Репка» 27.12.23 «Колобок» 25. 12.23	Сильный слон (Упражнения с элементами корригирующей и дыхательной гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 29.
9.	«Репка» 17.01.24 «Колобок» 15.01.24	Деревья в лесу (Упражнения с элементами самомассажа и корригирующей гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 39.
10.	«Репка» 31.01.24 «Колобок» 29.01.24	Герои сказок (Упражнения с элементами корригирующей гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 29.

11.	«Репка» 14.02.24 «Колобок» 12.02.24	Веселые зверята (Упражнения с элементами корригирующей и дыхательной гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 30.
12.	«Репка» 28.02.24 «Колобок» 26.02.24	Цветные платочки (Упражнения с элементами дыхательной гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 12
13.	«Репка» 13.03.24 «Колобок» 11.03.24	Веселые гуси (Упражнения с элементами дыхательной гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 19
14.	«Репка» 27.03.24 «Колобок» 25.03.24	Веселые обезьянки (Упражнения с элементами корригирующей и дыхательной гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 26
15.	«Репка» 10.04.24 «Колобок» 08.04.24	В гости к ежику (Упражнения с элементами корригирующей гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 32
16.	«Репка» 24.04.24 «Колобок» 22.04.24	Белочка в гостях у детворы (Упражнения с элементами самомассажа и корригирующей гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 34
17.	«Репка» 08.05.24 «Колобок» 06.05.24	Верная собачка (Упражнения с элементами корригирующей гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 36
18.	«Репка» 22.05.24 «Колобок» 20.05.24	Лучистое солнышко (Упражнения с элементами корригирующей и дыхательной гимнастики)	«Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада» Т. Е. Харченко, стр. 40

**Календарное планирование занятий ОБЖ в первой младшей группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	«Репка» 06.09.23 «Колобок» 04.09.23	Занятие «Давайте познакомимся»	Стр. 10, Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
2.	«Репка» 20.09.23 «Колобок» 18.09.23	Пальчиковая игра «Моя семья»	Стр. 10, Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»

3.	«Репка» 04.10.23 «Колобок» 02.10.23	Занятие «Что я знаю о себе»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
4.	«Репка» 18.10.23 «Колобок» 16.10.23	Игра «Умею – не умею»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
5.	«Репка» 01.11.23 «Колобок» 20.11.23	Занятие «В гостях у Мойдодыра»	Стр. 12 Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
6.	«Репка» 15.11.23 «Колобок» 27.11.23	Игра «Водичка, водичка, умой мое личико»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
7.	«Репка» 06.12.23 «Колобок» 04.12.23	Занятие «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
8.	«Репка» 20.12.23 «Колобок» 18. 12.23	Игра «Кто быстрее возьмет погремушку»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
9.	«Репка» 10.01.24 «Колобок» 22.01.24	Прогулка – обследование «Внимание – опасность»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
10.	«Репка» 24.01.24 «Колобок» 29.01.24	Игры «Опасно – не опасно», «Найди опасный предмет»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
11.	«Репка» 07.02.24 «Колобок» 05.02.24	Занятие «Не шали с огнем»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
12.	«Репка» 21.02.24 «Колобок» 19.02.24	Занятие «Знакомство с пожарной машиной»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
13.	«Репка» 06.03.24 «Колобок» 04.03.24	Подвижная игра «Кто быстрее потушит пожар»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»

14.	«Репка» 20.03.24 «Колобок» 18.03.24	Занятие «Приключение Колобка»	Стр.18, Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
15.	«Репка» 03.04.24 «Колобок» 01.04.24	Занятие «Незнайка в городе»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
16.	«Репка» 17.04.24 «Колобок» 15.04.24	Целевая прогулка «Знакомство с улицей»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
17.	«Репка» 08.05.24 «Колобок» 06.05.24	Занятие «Машины на нашей улице»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
18.	«Репка» 29.05.24 «Колобок» 30.05.24	Занятие «Незнайка в городе»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»

**Календарное планирование занятий по физической культуре во второй младшей  
группе на учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	04.09.23	Ходьба и бег за воспитателем. Упражнение на равновесие (между двумя веревками). Игровое упражнение «Солнышко и дождик»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 1, стр. 24
2.	08.09.23	Ходьба и бег за воспитателем. Упражнение на равновесие (между двумя веревками). Игровое упражнение «Солнышко и дождик»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 1, стр. 24
3.	11.09.23	Ходьба и бег за воспитателем. Упражнения без предмета. Пыжки на двух ногах с продвижением вперед. Подвижная игра «Птички»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 2, стр. 24
4.	15.09.23	Ходьба и бег за воспитателем. Упражнения без предмета. Пыжки на двух ногах с продвижением вперед. Подвижная игра «Птички»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 2, стр. 24
5.	18.09.23	Ходьба в колонне по одному. Упражнения с мячом. Игровое упражнение «Прокати мяч». Подвижная игра «Кот и воробышки»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 3, стр. 27

6.	22.09.23	Ходьба в колонне по одному. Упражнения с мячом. Игровое упражнение «Прокати мяч». Подвижная игра «Кот и воробышки»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 3, стр. 27
7.	25.09.23	Ходьба вокруг кубиков. Бег по кругу. Упражнения с кубиками. Ползание до ориентира. Подвижная игра «Кот и воробышки»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 4, стр. 28
8.	29.09.23	Ходьба вокруг кубиков. Бег по кругу. Упражнения с кубиками. Ползание до ориентира. Подвижная игра «Кот и воробышки»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 4, стр. 28
9.	02.10.23	Ходьба, бег по кругу по заданию воспитателя. Упражнения без предмета. Упражнение в равновесии. Прыжки через шнур.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 5, стр. 31
10.	06.10.23	Ходьба, бег по кругу по заданию воспитателя. Упражнения без предмета. Упражнение в равновесии. Прыжки через шнур.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 5, стр. 31
11.	09.10.23	Ходьба, бег по кругу. Упражнения без предмета. Прыжки из обруча в обруч. Игровое упражнение «Прокати мяч». Подвижная игра «Автомобили»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 6, стр. 32
12.	13.10.23	Ходьба, бег по кругу. Упражнения без предмета. Прыжки из обруча в обруч. Игровое упражнение «Прокати мяч». Подвижная игра «Автомобили»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 6, стр. 32
13.	16.10.23	Ходьба в колонне по одному. Упражнения с мячом. Игровое упражнение «Прокати мяч». Подвижная игра «Зайка серый умывается»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 7, стр. 33
14.	20.10.23	Ходьба в колонне по одному. Упражнения с мячом. Игровое упражнение «Прокати мяч». Подвижная игра «Зайка серый умывается»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 7, стр. 33
15.	23.10.23	Ходьба в колонне по одному. Упражнения на стульчиках. Ползание под шнур. Упражнение в равновесии. Подвижная игра «Кот и воробышки»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 8, стр. 35
16.	27.10.23	Ходьба в колонне по одному. Упражнения на стульчиках. Ползание под шнур. Упражнение в равновесии. Подвижная игра «Кот и воробышки»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 8, стр. 35
17.	30.10.23	Ходьба в колонне по одному. Упражнения на стульчиках. Ползание под шнур. Упражнение в равновесии. Подвижная игра «Догони мяч»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 8, стр. 35
18.	03.11.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения с ленточками. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Автомобили»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 9, стр. 38

19.	10.11.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения с ленточками. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Автомобили»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 9, стр. 38
20.	13.11.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения с обручем. Прокатывание мяча друг другу. Подвижная игра «Мыши в кладовой»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 10, стр. 39
21.	17.11.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения с обручем. Прокатывание мяча друг другу. Подвижная игра «Мыши в кладовой»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 10, стр. 39
22.	20.11.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения без предмета. Прокатывание мяча между предметами. Ползание на четвереньках. Подвижная игра «По ровненькой дорожке»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 11, стр. 41
23.	24.11.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения без предмета. Прокатывание мяча между предметами. Ползание на четвереньках. Подвижная игра «По ровненькой дорожке»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 11, стр. 41
24.	27.11.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения с флажками. Упражнение в равновесии. Ползание. Подвижная игра «Поймай комара»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 12, стр. 43
25.	01.12.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения с кубиками. Упражнение в равновесии. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Коршун и птенчики»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 13, стр. 45
26.	01.12.23	Ходьба и бег чередуются. Упражнения с кубиками. Упражнение в равновесии. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Коршун и птенчики»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 13, стр. 45
27.	08.12.23	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнения с мячом. Прыжки со скамейки. Подвижная игра «Найди свой домик»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 14, стр. 47
28.	11.12.23	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнения с мячом. Прыжки со скамейки. Подвижная игра «Найди свой домик»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 14, стр. 47
29.	15.12.23	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнения с кубиком. Прокатывание мяча между предметами. Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки»	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 15, стр. 49
30.	18.12.23	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнения с кубиком. Прокатывание мяча	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И.

		между предметами. Подвижная игра «Лягушки-попрыгушки»	Пензулаева. Занятие 15, стр. 49
31.	22.12.23	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнения на стульчиках. Ползание на повышенной опоре, сохранение равновесия при ходьбе по доске.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 16, стр. 51
32.	25.12.23	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнения на стульчиках. Ползание на повышенной опоре, сохранение равновесия при ходьбе по доске.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 16, стр. 51
33.	12.01.24	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в сохранении равновесия, в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 17, стр. 53
34.	15.01.24	Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в сохранении равновесия, в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 17, стр. 53
35.	19.01.24	Ходьба в колонне по одному, бег в рассыпную. Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мяча, развивая глазомер и ловкость.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 18, стр. 55
36.	22.01.24	Ходьба в колонне по одному, бег в рассыпную. Прыжки на двух ногах между предметами. Прокатывание мяча, развивая глазомер и ловкость.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 18, стр. 55
37.	26.01.24	Упражнять в умении действовать по сигналу. Развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу. Повторить упражнение в ползании.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 19, стр. 56
38.	29.01.24	Упражнять в умении действовать по сигналу. Развивать ловкость при прокатывании мяча друг другу. Повторить упражнение в ползании.	«Физическая культура в детском сад 3-4 года у» Л. И. Пензулаева. Занятие 19, стр. 56
39.	02.02.24	Ходьба и бег между предметами. Развивать координацию при ходьбе переменным шагом. Прыжки с продвижением вперед.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 21, стр. 62
40.	05.02.24	Ходьба и бег между предметами. Развивать координацию при ходьбе переменным шагом. Прыжки с продвижением вперед.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 21, стр. 62
41.	09.02.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнять в прыжках с высоты с мягким приземлением на полусогнутые ноги.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И.

		Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом.	Пензулаева. Занятие 22, стр. 63
42.	12.02.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Упражнять в прыжках с высоты с мягким приземлением на полусогнутые ноги. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 22, стр. 63
43.	16.02.24	Развивать координацию при ходьбе переменным шагом. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, бросая через шнур. Ползание под веревкой.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 23, стр. 65
44.	19.02.24	Развивать координацию при ходьбе переменным шагом. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, бросая через шнур. Ползание под веревкой.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 23, стр. 65
45.	26.02.24	Ходьба и бег враспынную. Упражнять в умении группироваться при лазании под дугу. Упражнения в равновесии.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 24, стр. 67
46.	01.03.24	Ходьба и бег по кругу. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади. Прыжки между предметами.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 25, стр. 69
47.	04.03.24	Ходьба и бег по кругу. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади. Прыжки между предметами.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 25, стр. 69
48.	11.03.24	Ходьба и бег враспынную. Учить прыжки в длину с места. Развивать ловкость при прокатывании мяча.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 26, стр. 71
49.	15.03.24	Ходьба и бег враспынную. Учить прыжки в длину с места. Развивать ловкость при прокатывании мяча.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 26, стр. 71
50.	18.03.24	Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в умении бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Ползание на повышенной опоре.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 27, стр. 73
51.	22.03.24	Развивать умение действовать по сигналу. Упражнять в умении бросать мяч об пол и ловить его двумя руками. Ползание на повышенной опоре.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 27, стр. 73
52.	25.03.24	Развивать координацию при ходьбе, беге между предметами. Ползание. Сохранение	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И.

		устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	Пензулаева. Занятие 28, стр. 74
53.	29.03.24	Развивать координацию при ходьбе, беге между предметами. Ползание. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 28, стр. 74
54.	01.04.24	Ходьба и бег между предметами. Прыжки через шнуры. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 29, стр. 77
55.	05.04.24	Ходьба и бег между предметами. Прыжки через шнуры. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 29, стр. 77
56.	08.04.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ловкость в упражнении с мячом.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 30, стр. 78
57.	12.04.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Учить приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. Развивать ловкость в упражнении с мячом.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 30, стр. 78
58.	15.04.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 31, стр. 80
59.	19.04.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 31, стр. 80
60.	22.04.24	Ходьба с остановкой по сигналу. Ползание между предметами. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 32, стр. 82
61.	26.04.24	Ходьба с остановкой по сигналу. Ползание между предметами. Сохранение устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 32, стр. 82
62.	03.05.24	Ходьба и бег в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве. Упражнения в равновесии и прыжках.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 33, стр. 84
63.	06.05.24	Ходьба и бег в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве. Упражнения в равновесии и прыжках.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И.

			Пензулаева. Занятие 33, стр. 84
64.	13.05.24	Ходьба и бег между предметами. Прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги. Прокатывание мяча друг другу.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 34, стр. 86
65.	17.05.24	Ходьба и бег между предметами. Прыжки со скамейки с приземлением на полусогнутые ноги. Прокатывание мяча друг другу.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 34, стр. 86
66.	20.05.24	Ходьба с выполнением задания. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 35, стр. 87
67.	24.05.24	Ходьба с выполнением задания. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 35, стр. 87
68.	27.05.24 31.05.24	Ходьба с выполнением задания. Пролезание под веревкой. Упражнение в равновесии.	«Физическая культура в детском саду 3-4 года» Л. И. Пензулаева. Занятие 36, стр. 89

**Календарное планирование занятий по формированию основ здорового образа жизни во второй младшей группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	06.09.23	Укрепи свое здоровье. День сока.	Занятие 3, стр. 13, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
2.	04.10.23	Для чего нужны мышцы. День детского здоровья.	Занятие 4, стр. 17, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
3.	08.11.23	Что такое правильная осанка.	Занятие 5, стр. 21, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
4.	06.12.23	Береги свой позвоночник!	Занятие 6, стр. 25, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
5.	10.01.24	Чем мы дышим «Путешествие в страну Носарию».	Занятие 7, стр. 28, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
6.	07.02.24	Сам себя я полечу. «Заяц-хвоста».	Занятие 10, стр. 37, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
7.	06.03.24	У кого какой нос	Занятие 9, стр. 34, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
8.	03.04.24	Международный день здоровья. КВН «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу»	М. Картушина «Быть здоровыми хотим», стр. 50.
9.	08.05.24	У кого какие уши.	Занятие 12, стр.45, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»

**Календарное планирование занятий ОБЖ во второй младшей группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	20.09.23	Игры «Опасно – не опасно», «Найди опасный предмет»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
2.	18.10.23	Занятие «Не шали с огнем»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
3.	22.11.23	Занятие «Знакомство с пожарной машиной»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
4.	20.12.23	Подвижная игра «Кто быстрее потушит пожар»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
5.	24.01.24	Занятие «Приключение Колобка»	Стр.18, Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
6.	21.02.24	Занятие «Незнайка в городе»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
7.	20.03.24	Целевая прогулка «Знакомство с улицей»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
8.	18.04.24	Занятие «Машины на нашей улице»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»
9.	15.05.24	Занятие «Незнайка в городе»	Т. П. Гарнышева «ОБЖ для дошкольников»

**Календарное планирование занятий по физической культуре в средней группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	04.09.23	Ходьба и бег в колонне по одному. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Прыжки на двух ногах.	Занятие 1, стр. 19, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева.
2.	08.09.23	Ходьба и бег в колонне по одному. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Прыжки на двух ногах.	Занятие 2, стр. 21, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева.
3.	11.09.23	Ходьба и бег в колонне по одному. Прыжки вверх с правильным приземлением на полусогнутые ноги.	Занятие 4, стр. 22, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
4.	15.09.23	Ходьба и бег в колонне по одному. Прыжки вверх с правильным приземлением на полусогнутые ноги.	Занятие 5, стр. 22, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
5.	18.09.23	Ходьба в колонне по одному. Бег в рассыпную. Прокатывание мяча. Лазание под шнур.	Занятие 7, стр. 26, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева

6.	22.09.23	Ходьба в колонне по одному. Бег в рассыпную. Прокатывание мяча. Лазание под шнур.	Занятие 8, стр. 28, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
7.	25.09.23	Остановка по заданию во время ходьбы или бега. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры.	Занятие 10, стр. 30, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
8.	29.09.23	Остановка по заданию во время ходьбы или бега. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры.	Занятие 11, стр. 32, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
9.	02.10.23	Ходьба в колонне по одному. Бег в рассыпную. Упражнения в равновесии на повышенной опоре. Прыжки вперед с энергичным отталкиванием и мягким приземлением на полусогнутые ноги.	Занятие 13, стр. 35, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
10.	06.10.23	Ходьба в колонне по одному. Бег в рассыпную. Упражнения в равновесии на повышенной опоре. Прыжки вперед с энергичным отталкиванием и мягким приземлением на полусогнутые ноги.	Занятие 14, стр. 37, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
11.	09.10.23	Учится находить свое место после ходьбы, бега по сигналу. Прыжки из обруча в обруч. Развивать навык точно направлять мяч при прокатывании друг другу.	Занятие 16, стр. 38, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
12.	13.10.23	Учится находить свое место после ходьбы, бега по сигналу. Прыжки из обруча в обруч. Развивать навык точно направлять мяч при прокатывании друг другу.	Занятие 17, стр. 40, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
13.	16.10.23	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через бруски. Прокатывание мяча в прямом направлении. Пролезание под дугу.	Занятие 19, стр. 41, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
14.	20.10.23	Ходьба в колонне по одному, перешагивая через бруски. Прокатывание мяча в прямом направлении. Пролезание под дугу.	Занятие 20, стр. 43, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
15.	23.10.23	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную. Лазание под дугу, не касаясь руками пола. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры.	Занятие 22, стр. 44, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева

16.	27.10.23	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную. Лазание под дугу, не касаясь руками пола. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры.	Занятие 23, стр. 46, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
17.	30.10.23	Ходьба и бег между предметами. Прыжки на двух ногах. Упражнения в равновесии на повышенной опоре.	Занятие 25, стр. 46, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
18.	03.11.23	Ходьба и бег между предметами. Прыжки на двух ногах. Упражнения в равновесии на повышенной опоре.	Занятие 26, стр. 46, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
19.	10.11.23	Ходьба и бег по кругу. Прыжки с продвижением вперед. Прокатывание мяча друг другу.	Занятие 28, стр. 52, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
20.	13.11.23	Ходьба и бег по кругу. Прыжки с продвижением вперед. Прокатывание мяча друг другу.	Занятие 29, стр. 54, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
21.	17.11.23	Ходьба и бег с изменением направления. Бросание мяча друг другу с ударом об пол. Ползание на четвереньках.	Занятие 31, стр. 55, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
22.	20.11.23	Ходьба и бег с изменением направления. Бросание мяча друг другу с ударом об пол. Ползание на четвереньках.	Занятие 32, стр. 56, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
23.	24.11.23	Остановка по заданию во время ходьбы или бега. Ползание на животе по гимнастической скамейке. Упражнения на равновесие.	Занятие 34, стр. 58, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
24.	27.11.23	Остановка по заданию во время ходьбы или бега. Ползание на животе по гимнастической скамейке. Упражнения на равновесие.	Занятие 35, стр. 59, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
25.	01.12.23	Учится находить свое место после ходьбы, бега по сигналу. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Прыжки через препятствие.	Занятие 37, стр. 62, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
26.	01.12.23	Учится находить свое место после ходьбы, бега по сигналу. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Прыжки через препятствие.	Занятие 38, стр. 63, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева

27.	08.12.23	Перестроение в пары на месте. Прыжки из обруча в обруч. Развивать навык точно направлять мяч при прокатывании друг другу.	Занятие 40, стр. 65, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
28.	11.12.23	Перестроение в пары на месте. Прыжки из обруча в обруч. Развивать навык точно направлять мяч при прокатывании друг другу.	Занятие 41, стр. 67, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
29.	15.12.23	Ходьба в колонне по одному. Развивать навык точно направлять мяч при бросании друг другу. Ползание на четвереньках.	Занятие 43, стр. 68, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
30.	18.12.23	Ходьба в колонне по одному. Развивать навык точно направлять мяч при бросании друг другу. Ползание на четвереньках.	Занятие 44, стр. 70, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
31.	22.12.23	Остановка по заданию во время ходьбы или бега. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Ползание на животе по гимнастической скамейке.	Занятие 46, стр. 72, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
32.	25.12.23	Остановка по заданию во время ходьбы или бега. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Ползание на животе по гимнастической скамейке.	Занятие 47, стр. 74, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
33.	12.01.24	Ходьба, бег между предметами не задевая их. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Прыжки.	Занятие 49, стр. 76, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
34.	15.01.24	Ходьба, бег между предметами не задевая их. Упражнения в равновесии на уменьшенной площади опоры. Прыжки.	Занятие 50, стр. 78, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
35.	19.01.24	Ходьба со сменой ведущего. Прыжки с продвижением вперед. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 52, стр. 79, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
36.	22.01.24	Ходьба со сменой ведущего. Прыжки с продвижением вперед. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 53, стр. 80, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
37.	26.01.24	Ходьба, бег между предметами не задевая их. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Упражнения с мячом.	Занятие 55, стр. 81, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева

38.	29.01.24	Ходьба, бег между предметами не задевая их. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках. Упражнения с мячом.	Занятие 56, стр. 83, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
39.	02.02.24	Ходьба со сменой ведущего, с высоким подниманием колен. Пролезание под шнур.	Занятие 58, стр. 84, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
40.	05.02.24	Ходьба со сменой ведущего, с высоким подниманием колен. Пролезание под шнур.	Занятие 59, стр. 86, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
41.	09.02.24	Ходьба, бег между предметами не задевая их. Упражнения в равновесии. Прыжки на двух ногах.	Занятие 61, стр. 88, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
42.	12.02.24	Ходьба, бег между предметами не задевая их. Упражнения в равновесии. Прыжки на двух ногах.	Занятие 62, стр. 89, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
43.	16.02.24	Ходьба и бег по кругу с выполнением задания. Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча между предметами.	Занятие 64, стр. 91, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
44.	19.02.24	Ходьба и бег по кругу с выполнением задания. Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча между предметами	Занятие 65, стр. 92, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
45.	26.02.24	Игровые упражнения с бегом и прыжками.	Занятие 67, стр. 92, «Физическая культура в детском саду» Л. И. Пензулаева
46.	01.03.24	Ходьба в колонне по одному. Бег в рассыпную. Упражнения в равновесии на повышенной опоре. Прыжки вперед с энергичным отталкиванием и мягким приземлением на полусогнутые ноги.	Занятие 73, стр. 99, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
47.	04.03.24	Ходьба в колонне по одному. Бег в рассыпную. Упражнения в равновесии на повышенной опоре. Прыжки вперед с энергичным отталкиванием и мягким приземлением на полусогнутые ноги.	Занятие 74, стр. 101, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
48.	11.03.24	Ходьба и бег в рассыпную, с выполнением задания. Бросание мячей через сетку.	Занятие 76, стр. 102, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
49.	15.03.24	Ходьба и бег в рассыпную, с выполнением задания. Бросание мячей через сетку	Занятие 77, стр. 104, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева

50.	18.03.24	Ходьба в колонне по одному, бег между предметами не задевая их. Прокатывание мяча между предметами.	Занятие 79, стр. 105, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
51.	22.03.24	Ходьба в колонне по одному, бег между предметами не задевая их. Прокатывание мяча между предметами.	Занятие 80, стр. 107, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
52.	25.03.24	Ходьба и бег в колонне по одному, выполняя задания. Ползание по скамейке. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 82, стр. 108, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
53.	29.03.24	Ходьба и бег в колонне по одному, выполняя задания. Ползание по скамейке. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 83, стр. 110, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
54.	01.04.24	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 85, стр. 110, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
55.	05.04.24	Ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 86, стр. 110, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
56.	08.04.24	Ходьба по кругу взявшись за руки. Метание мешочков в горизонтальную цель. Прыжки в длину с места.	Занятие 88, стр. 115, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
57.	12.04.24	Ходьба по кругу взявшись за руки. Метание мешочков в горизонтальную цель. Прыжки в длину с места.	Занятие 89, стр. 117, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
58.	15.04.24	Ходьба и бег в колонне по одному, выполняя задания. Метание мешочков в горизонтальную цель. Ползание на четвереньках.	Занятие 91, стр. 118, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
59.	19.04.24	Ходьба и бег в колонне по одному, выполняя задания. Метание мешочков в горизонтальную цель. Ползание на четвереньках.	Занятие 92, стр. 120, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
60.	22.04.24	Ходьба и бег в рассыпную. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 94, стр. 121, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
61.	26.04.24	Ходьба и бег в рассыпную. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 95, стр. 123, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
62.	03.05.24	Ходьба парами. Упражнения в равновесии. Прыжки в длину с места.	Занятие 97, стр. 124, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева

63.	06.05.24	Ходьба парами. Упражнения в равновесии. Прыжки в длину с места.	Занятие 98, стр. 126, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
64.	13.05.24	Ходьба со сменой ведущего. Прыжки в длину с места. Упражнения с мячом.	Занятие 100, стр. 127, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
65.	17.05.24	Ходьба со сменой ведущего. Прыжки в длину с места. Упражнения с мячом.	Занятие 101, стр. 129, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
66.	20.05.24	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег в рассыпную. Метание в вертикальную цель.	Занятие 103, стр. 129, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
67.	24.05.24	Ходьба с высоким подниманием колена. Бег в рассыпную. Метание в вертикальную цель.	Занятие 104, стр. 129, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева
68.	23.05.24 31.05.24	Ходьба и бег в колонне по одному, выполняя задания. Упражнения в равновесии на повышенной опоре. Прыжки.	Занятие 106, стр. 133, «Физическая культура в детском саду 4-5 лет» Л. И. Пензулаева

**Календарное планирование занятий по формированию основ здорового образа жизни в средней группе на 2023-2024 учебный год.**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	06.09.23	Укрепи свое здоровье. День сока.	Занятие 3, стр. 13, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
2.	04.10.23	Для чего нужны мышцы. День детского здоровья.	Занятие 4, стр. 17, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
3.	08.11.23	Что такое правильная осанка.	Занятие 5, стр. 21, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
4.	06.12.23	Береги свой позвоночник!	Занятие 6, стр. 25, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
5.	10.01.24	Чем мы дышим «Путешествие в страну Носарию».	Занятие 7, стр. 28, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
6.	07.02.24	Сам себя я полечу. «Заяц-хвоста».	Занятие 10, стр. 37, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
7.	06.03.24	У кого какой нос	Занятие 9, стр. 34, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
8.	03.04.24	Международный день здоровья. КВН «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу»	М. Картушина «Быть здоровыми хотим», стр. 50.
9.	08.05.24	У кого какие уши.	Занятие 12, стр.45, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»

**Календарное планирование занятий ОБЖ в средней группе на 2023-2024 учебный год.**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	20.09.23	Занятие «Если дома ты один»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
2.	18.10.23	Игра «Раз, два, три – опасность назови»	Стр. 26, «ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
3.	22.11.23	Игра «Что можно, что нельзя»	Стр 37, «ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
4.	20.12.23	Игра «Хорошо – плохо»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
5.	24.01.24	Занятие «Зачем нужно, чтобы вода была чистой»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
6.	21.02.24	Игра «Вершки – корешки»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
7.	20.03.24	Занятие «Опасный огонек»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
8.	18.04.24	Игры – тренинги «Если случился пожар в квартире...» «Разговор по телефону «01»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
9.	15.05.24	Подвижная игра «Огонь и вода»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева

**Календарное планирование занятий по физической культуре в старшей группе на 2023-2024 учебный год.**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	04.09.23	Построение в колонны. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 3, стр. 19, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
2.	06.09.23	Ходьба и бег в колонне по одному. Упражнения на равновесие. Прыжки с продвижением вперед. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 1, стр. 16, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
3.	08.09.23	Ходьба и бег в колонне по одному. Упражнения на равновесие. Прыжки с продвижением вперед. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 2, стр. 18, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
4.	11.09.23		
5.	13.09.23	Ходьба и бег между предметами, ходьба на носках. Прыжки в высоту. Броски мяча вверх.	Занятие 4, стр. 21, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

6.	15.09.23	Ходьба и бег между предметами, ходьба на носках. Прыжки в высоту. Броски мяча вверх.	Занятие 5, стр. 23, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
7.	18.09.23	Ходьба, бег друг за другом. Игровые упражнения с мячом и скакалкой.	Занятие 9, стр. 27, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
8.	20.09.23	Ходьба и бег с высоким подниманием колен. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони, ходьба по гимнастической скамейке. Подбрасывание мяча вверх	Занятие 7, стр. 25, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
9.	22.09.23	Ходьба и бег с высоким подниманием колен. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони, ходьба по гимнастической скамейке. Подбрасывание мяча вверх	Занятие 8, стр. 27, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
10.	25.09.23		
11.	27.09.23	Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу. Пролезание под дугу боком. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 10, стр. 28, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
12.	29.09.23	Ходьба и бег с изменением темпа движения по сигналу. Пролезание под дугу боком. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 11, стр. 30, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
13.	02.10.23	Бег на длинную дистанцию. Прыжки в длину. Упражнения с мячом.	Занятие 12, стр. 31, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
14.	04.10.23	Ходьба бег по кругу с выполнением задания. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки в длину. Перебрасывание мяча через веревку.	Занятие 13, стр. 33, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
15.	06.10.23	Ходьба бег по кругу с выполнением задания. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки в длину. Перебрасывание мяча через веревку.	Занятие 14, стр. 35, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
16.	09.10.23	Ходьба с высоким подниманием колен. Ведение мяча (элементы баскетбола). Прыжки.	Занятие 15, стр. 35, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
17.	11.10.23	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Бег с препятствиями. Прыжки с	Занятие 16, стр. 36, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

		гимнастической скамейки на полусогнутые ноги.	
18.	13.10.23	Разучить поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Бег с препятствиями. Прыжки с гимнастической скамейки на полусогнутые ноги.	Занятие 17, стр. 39, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
19.	16.10.23	Упражнения в ходьбе и беге. Игровые упражнения с мячом, с бегом и прыжками	Занятие 18, стр. 39, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
20.	18.10.23	Ходьба с изменением темпа. Метание в вертикальную цель. Упражнения в равновесии.	Занятие 19, стр. 41, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
21.	20.10.23	Ходьба с изменением темпа. Метание в вертикальную цель. Упражнения в равновесии.	Занятие 20, стр. 43, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
22.	23.10.23	Ходьба и бег с препятствиями. Знакомимся с игрой в бадминтон. Игровые упражнения с прыжками.	Занятие 21, стр. 43, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
23.	25.10.23	Ходьба с перестроением в две колонны. Пролезание в обруч. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 22, стр. 44, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
24.	27.10.23	Ходьба с перестроением в две колонны. Пролезание в обруч. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 23, стр. 46, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
25.	30.11.23	Развивать выносливость в беге. Эстафеты.	Занятие 24, стр. 47, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
26.	01.11.23	Ходьба и бег с высоким подниманием колен. Ползание по гимнастической скамейке. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах.	Занятие 25, стр. 49, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
27.	03.11.23	Ходьба и бег с высоким подниманием колен. Ползание по гимнастической скамейке. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах.	Занятие 26, стр. 51, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
28.	08.11.23	Ходьба с изменением направления движения. Бег между предметами. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед. Ведение мяча между предметами.	Занятие 28, стр. 53, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
29.	10.11.23	Ходьба с изменением направления движения. Бег между предметами. Прыжки на одной ноге с	Занятие 29, стр. 55, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

		продвижением вперед. Ведение мяча между предметами.	
30.	13.11.23	Бег с препятствиями. Упражнения с мячом.	Занятие 30, стр. 55, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
31.	15.11.23	Ходьба с изменением темпа. Метание в вертикальную цель. Упражнения в равновесии.	Занятие 31, стр. 57, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
32.	17.11.23	Ходьба с изменением темпа. Метание в вертикальную цель. Упражнения в равновесии.	Занятие 32, стр. 58, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
33.	20.11.23	Игровые упражнения с прыжками и бегом. Перебрасывание мяча в шеренгах.	Занятие 33, стр. 59, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
34.	22.11.23	Ходьба бег по кругу с выполнением задания. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки в длину.	Занятие 34, стр. 60, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
35.	24.11.23	Ходьба бег по кругу с выполнением задания. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки в длину.	Занятие 35, стр. 62, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
36.	27.11.23	Игровые упражнения с прыжками и бегом. Перебрасывание мяча в шеренгах.	Занятие 36, стр. 62, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
37.	29.11.23	Ходьба бег по кругу с выполнением задания. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом. Прыжки в длину.	Занятие 35, стр. 62, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
38.	01.12.23	Бег друг за другом сохраняя дистанцию. Упражнения в равновесии. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 37, стр. 64, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
39.	04.12.23	Игровые упражнения с прыжками и бегом. Метание мешочков с песком в даль.	Занятие 39, стр. 67, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
40.	06.12.23	Бег друг за другом сохраняя дистанцию. Упражнения в равновесии. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 38, стр. 66, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
41.	08.12.23	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед.	Занятие 40, стр. 68, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
42.	11.12.23	Игровые упражнения с прыжками и бегом. Метание мешочков с песком в даль.	Занятие 42, стр. 70, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

43.	13.12.23	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону. Прыжки на одной ноге с продвижением вперед	Занятие 41, стр. 70, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
44.	15.12.23	Ходьба и бег в рассыпную. Бросание и ловля мяча двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии.	Занятие 43, стр. 71, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
45.	18.12.23	Игровые упражнения в беге и прыжках. Метание в горизонтальную и вертикальную цель.	Занятие 45, стр. 74, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
46.	20.12.23	Ходьба и бег в рассыпную. Бросание и ловля мяча двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии.	Занятие 44, стр. 73, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
47.	22.12.23	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, в рассыпную. Упражнение в равновесии.	Занятие 46, стр. 75, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
48.	25.12.23	Игровые упражнения с клюшкой и шайбой.	Занятие 48, стр. 77, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
49.	27.12.23	Ходьба и бег по кругу, взявшись за руки, в рассыпную. Упражнение в равновесии.	Занятие 47, стр. 77, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
50.	29.12.23	Игровые упражнения в беге и прыжках. Метание в горизонтальную и вертикальную цель.	Занятие 45, стр. 74, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
51.	10.01.24	Ходьба и бег между предметами не задевая их. Упражнение в равновесии. Прыжки на одной ноге. Бросание мяча в кольцо.	Занятие 49, стр. 80, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
52.	12.01.24	Ходьба и бег между предметами не задевая их. Упражнение в равновесии. Прыжки на одной ноге. Бросание мяча в кольцо.	Занятие 50, стр. 82, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
53.	15.01.24	Игровые упражнения «Сбей кеглю», «Вправо, влево», «Ловишки парами»	Занятие 51, стр. 83, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
54.	17.01.24	Ходьба и бег по кругу. Разучить прыжки в длину с места. Ползание на четвереньках и прокатывание мяча головой.	Занятие 52, стр. 83, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
55.	19.01.24	Ходьба и бег по кругу. Разучить прыжки в длину с места. Ползание на	Занятие 53, стр. 85, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

		четвереньках и прокатывание мяча головой.	
56.	22.01.24	Игровые упражнения с бегом и метанием.	Занятие 54, стр. 86, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
57.	24.01.24	Ходьба и бег между предметами не задевая их. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 55, стр. 87, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
58.	26.01.24	Ходьба, бег по кругу. Упражнения в равновесии и прыжках. Упражнения с мячом.	Занятие 58, стр. 90, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
59.	29.01.24	Игровые упражнения с бегом и прыжками.	Занятие 60, стр. 92, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
60.	31.01.24	Ходьба, бег по кругу. Упражнения в равновесии и прыжках. Упражнения с мячом.	Занятие 59, стр. 91, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
61.	02.02.24	Ходьба и бег в рассыпную. Бросание и ловля мяча двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии.	Занятие 61, стр. 94, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
62.	05.02.24	Игровые упражнения «Точный пас», «Мороз – Красный нос», «По дорожке».	Занятие 63, стр. 96, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
63.	07.02.24	Ходьба и бег в рассыпную. Бросание и ловля мяча двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии	Занятие 62, стр. 95, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
64.	09.02.24	Ходьба взявшись за руки. Бег в рассыпную. Прыжки в длину с места. Отбивание мяча об пол.	Занятие 64, стр. 97, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
65.	12.02.24	Игровые упражнения с бегом и прыжками. Метание мешочков с песком (снежков) в даль.	Занятие 66, стр. 99, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
66.	14.02.24	Ходьба взявшись за руки. Бег в рассыпную. Прыжки в длину с места. Отбивание мяча об пол.	Занятие 65, стр. 99, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
67.	16.02.24	Ходьба и бег между предметами не задевая их. Метание в вертикальную цель. Ползание под палку и перешагивание через шнур.	Занятие 67, стр. 100, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
68.	19.02.24	Игровые упражнения с бегом и прыжками. Метание мешочков с песком (снежков) в даль.	Занятие 69, стр. 102, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

69.	21.02.24	Ходьба и бег между предметами не задевая их. Метание в вертикальную цель. Ползание под палку и перешагивание через шнур.	Занятие 68, стр. 102, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
70.	26.02.24	Построение в шеренгу, колонну по одному. Подвижные игры.	Занятие 72, стр. 106, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
71.	28.02.24	Ходьба, бег по кругу с выполнением задания. Упражнения в равновесии при ходьбе на повышенной опоре.	Занятие 70, стр. 103, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
72.	01.03.24	Ходьба и бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и бросание мяча.	Занятие 73, стр. 108, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
73.	04.03.24	Игровые упражнения с бегом. Перебрасывание шайбы друг другу и в ворота.	Занятие 75, стр. 111, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
74.	06.03.24	Ходьба и бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и бросание мяча.	Занятие 74, стр. 110, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
75.	11.03.24	Бег в чередовании с ходьбой. Игровые упражнения с мячом и прыжками.	Занятие 78, стр. 114, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
76.	13.03.24	Ходьба и бег по кругу с изменением направления, движения в рассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель.	Занятие 76, стр. 112, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
77.	15.03.24	Ходьба и бег по кругу с изменением направления, движения в рассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель.	Занятие 77, стр. 114, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
78.	18.03.24	Игровое упражнение «Канатоходец», «Гонка мячей», подвижная игра «Удочка»	Занятие 81, стр. 117, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
79.	20.03.24	Ходьба со сменой темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии и прыжках.	Занятие 79, стр. 116, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
80.	22.03.24	Ходьба со сменой темпа движения. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии и прыжках.	Занятие 80, стр. 117, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

81.	25.03.24	Бег на скорость. Упражнения с прокатыванием мяча. Игровые задания с прыжками.	Занятие 84, стр. 121, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
82.	27.03.24	Ходьба с перестроениями. Метание в горизонтальную цель. Упражнение в равновесии.	Занятие 82, стр. 119, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
83.	29.03.24	Ходьба с перестроениями. Метание в горизонтальную цель. Упражнение в равновесии.	Занятие 83, стр. 121, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
84.	01.04.24	Чередование ходьбы и бега. Игровые упражнения с бегом и мячом.	Занятие 87, стр. 125, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
85.	03.04.24	Ходьба и бег по кругу с изменением направления, движения в рассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель.	Занятие 85, стр. 131, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
86.	05.04.24	Ходьба и бег по кругу с изменением направления, движения в рассыпную. Прыжок в высоту с разбега. Метание мешочков в цель.	Занятие 86, стр. 125, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
87.	08.04.24	Длительный бег на выносливость. Игровые упражнения с прыжками и мячом.	Занятие 90, стр. 128, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
88.	10.04.24	Ходьба и бег между предметами. Прыжки с короткой скакалкой. Прокатывание обручей.	Занятие 88, стр. 126, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
89.	12.04.24	Ходьба и бег между предметами. Прыжки с короткой скакалкой. Прокатывание обручей.	Занятие 89, стр. 128, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
90.	15.04.24	Упражнения в беге на скорость. Игровые упражнения с мячом, прыжками и бегом.	Занятие 93, стр. 132, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
91.	17.04.24	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по команде. Метание в вертикальную цель. Ползание и ходьба по гимнастической скамейке.	Занятие 91, стр. 130, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
92.	19.04.24	Ходьба и бег в колонне по одному с остановкой по команде. Метание в вертикальную цель. Ползание и ходьба по гимнастической скамейке.	Занятие 92, стр. 131, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
93.	22.04.24	Упражнение в беге на скорость. Игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Занятие 96, стр. 136, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

94.	24.04.24	Ходьба и бег между предметами. Упражнение в равновесии и прыжках. Пролезание под веревку, не касаясь руками пола.	Занятие 94, стр. 133, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
95.	26.04.24	Ходьба и бег между предметами. Упражнение в равновесии и прыжках. Пролезание под веревку, не касаясь руками пола.	Занятие 95, стр. 135, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
96.	27.04.24	Упражнение в беге на скорость. Игровые упражнения с мячом, в прыжках и равновесии.	Занятие 96, стр. 136, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
97.	03.05.24	Ходьба и бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и бросание мяча.	Занятие 97, стр. 138, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
98.	06.04.24	Бег с высоким подниманием бедра. Игровые упражнения с мячом.	Занятие 99, стр. 140, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
99.	08.05.24	Ходьба и бег в колонне по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу. Ходьба по канату с мешочком на голове. Прыжки и бросание мяча.	Занятие 98, стр. 140, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
100.	13.05.24	Ходьба, бег. Игровые упражнения с мячом и обручами.	Занятие 102, стр. 143, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
101.	15.05.24	Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыжки в длину с места. Перебрасывание мяча через веревку.	Занятие 100, стр. 141, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
102.	17.05.24	Ходьба и бег в колонне по одному с перешагиванием через предметы. Прыжки в длину с места. Перебрасывание мяча через веревку.	Занятие 101, стр. 143, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
103.	20.05.24	Ходьба, бег. Игровые упражнения с мячом и в прыжках.	Занятие 105, стр. 147, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
104.	22.05.24	Ходьба и бег между предметами. Упражнения с мячом и обручем. Упражнения в равновесии.	Занятие 103, стр. 145, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
105.	24.05.24	Ходьба и бег между предметами. Упражнения с мячом и обручем. Упражнения в равновесии.	Занятие 104, стр. 146, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
106.	27.05.24	Ходьба и бег с изменением темпа. Игровые упражнения с мячом.	Занятие 108, стр. 150, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

107.	29.05.24	Ходьба с перестроениями. Ползание по гимнастической скамейке. Прыжки между предметами.	Занятие 106, стр. 148, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева
108.	31.05.24	Ходьба с перестроениями. Ползание по гимнастической скамейке. Прыжки между предметами.	Занятие 107, стр. 150, «Физическая культура в детском саду 5-6 лет» Л. И. Пензулаева

**Календарное планирование занятий по формированию основ здорового образа жизни в старшей группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	11.09.23	Укрепи свое здоровье. День сока.	Занятие 3, стр. 13, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
2.	09.10.23	Для чего нужны мышцы. День детского здоровья.	Занятие 4, стр. 17, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
3.	13.11.23	Что такое правильная осанка.	Занятие 5, стр. 21, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
4.	11.12.23	Береги свой позвоночник!	Занятие 6, стр. 25, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
5.	15.01.24	Чем мы дышим «Путешествие в страну Носарию».	Занятие 7, стр. 28, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
6.	12.02.24	Сам себя я полечу. «Заяц-хвоста».	Занятие 10, стр. 37, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
7.	11.03.24	У кого какой нос	Занятие 9, стр. 34, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
8.	08.04.24	Международный день здоровья. КВН «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу»	М. Картушина «Быть здоровыми хотим», стр. 50.
9.	13.05 24	У кого какие уши.	Занятие 12, стр.45, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»

**Календарное планирование занятий ОБЖ в старшей группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	25.09.23	Занятие «Уроки осторожности»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
2.	23.10.23	Цикл занятий «Опасные забавы»	Т. А. Шорыгина «Основы безопасности» (для детей 5-8 лет)

3.	27.11.23	Подвижная игра «Найди свой дом»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
4.	25.12.23	Занятие «Школа пешеходных наук»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
5.	29.01.24	Игра «Опасно – не опасно»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
6.	26.02.24	Игра «Юные пожарные»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
7.	25.03.24	Развлечение «Незнайка на дороге»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
8.	22.04.24	Сюжетно – ролевая игра «Мы пассажиры»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
9.	27.05.24	Занятие «Приготовление фруктового салата»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева

**Календарное планирование занятий по физической культуре в подготовительной группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	04.09.23	Ходьба, бег в колонне по одному. Тренируем умение переходить с бега на ходьбу. Упражнения с мячом.	Занятие 1, стр. 10, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева.
2.	06.09.23	Ходьба, бег в колонне по одному. Тренируем умение переходить с бега на ходьбу. Упражнения с мячом.	Занятие 2, стр. 12, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
3.	08.09.23	Равномерный бег и бег с ускорением. Прокатывание обручей друг другу. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	Занятие 3, стр. 12, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
4.	11.09.23	Ходьба и бег с сохранением дистанции. Прыжки вверх до предмета. Упражнения с мячом. Лазание под шнур, не задевая его.	Занятие 4, стр. 13, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
5.	13.09.23	Ходьба и бег с сохранением дистанции. Прыжки вверх до предмета. Упражнения с мячом. Лазание под шнур, не задевая его.	Занятие 5, стр. 16, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
6.	15.09.23	Ходьба и бег между предметами. Прокатывание обручей друг другу. Упражнения с мячом.	Занятие 6, стр. 16, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
7.	18.09.23	Ходьба и бег с четким фиксированием поворотов. Упражнения с мячом, в равновесии. Ползание по гимнастической скамейке.	Занятие 7, стр. 18, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева

8.	20.09.23	Ходьба и бег с четким фиксированием поворотов. Упражнения с мячом, в равновесии. Ползание по гимнастической скамейке.	Занятие 8, стр. 19, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
9.	22.09.23	Чередование ходьбы и бега. Развивать быстроту и ловкость в упражнениях с мячом.	Занятие 9, стр. 20, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
10.	25.09.23	Чередование ходьбы и бега по сигналу. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии с дополнительным заданием. Прыжки.	Занятие 10, стр. 21, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
11.	27.09.23	Чередование ходьбы и бега по сигналу. Ползание по гимнастической скамейке. Упражнение в равновесии с дополнительным заданием. Прыжки.	Занятие 11, стр. 23, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
12.	29.09.23	Ходьба и бег с чередованием по сигналу. Упражнения в прыжках и с мячом. Подвижная игра «Круговая лапта»	Занятие 12, стр. 23, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
13.	02.10.23	Ходьба и бег между предметами. Упражнения в равновесии на повышенной опоре. Прыжки. Упражнения с мячом.	Занятие 13, стр. 26, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
14.	04.10.23	Ходьба и бег между предметами. Упражнения в равновесии на повышенной опоре. Прыжки. Упражнения с мячом.	Занятие 14, стр. 27, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
15.	06.10.23	Бег с препятствиями. Упражнения с мячом. Прыжки. Подвижные игры: «Не попадись», «Фигуры».	Занятие 15, стр. 28, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
16.	09.10.23	Ходьба с изменением направления движения по сигналу. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. Упражнения с мячом.	Занятие 16, стр. 29, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
17.	11.10.23	Ходьба с изменением направления движения по сигналу. Прыжки со скамейки на полусогнутые ноги. Упражнения с мячом.	Занятие 17, стр. 31, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
18.	13.10.23	Бег в среднем темпе. Метание мешочков с песком в горизонтальную цель. Упражнения в прыжках.	Занятие 18, стр. 31, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева

19.	16.10.23	Ходьба с высоким подниманием колен. Ведение мяча. Ползание, ходьба по гимнастической скамейке.	Занятие 19, стр. 31, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
20.	18.10.23	Ходьба с высоким подниманием колен. Ведение мяча. Ползание, ходьба по гимнастической скамейке.	Занятие 20, стр. 31, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
21.	20.10.23	Ходьба с изменением направления движения по сигналу. Упражнения с мячом.	Занятие 21, стр. 31, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
22.	23.10.23	Ходьба по кругу со сменой темпа. Бег в рассыпную и в колонне по сигналу. Ползание на четвереньках с дополнительным заданием.	Занятие 22, стр. 36, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
23.	25.10.23	Ходьба по кругу со сменой темпа. Бег в рассыпную и в колонне по сигналу. Ползание на четвереньках с дополнительным заданием.	Занятие 23, стр. 37, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
24.	27.10.23	Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Упражнения в прыжках и переброске мяча. Подвижная игра «Не попадись»	Занятие 24, стр. 38, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
25.	30.10.23	Ходьба и бег с остановкой по сигналу. Упражнения в прыжках и переброске мяча. Подвижная игра «Ловишки».	Занятие 24, стр. 38, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
26.	01.11.23	Ходьба и бег по кругу. Ходьба по канату, лежащему на полу. Прыжки через шнур. Эстафета с мячом.	Занятие 25, стр. 40, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
27.	03.11.23	Ходьба и бег с перешагиванием через предметы. Игровые упражнения с мячом и прыжками.	Занятие 27, стр. 43, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
28.	08.11.23	Ходьба и бег по кругу. Ходьба по канату, лежащему на полу. Прыжки через шнур. Эстафета с мячом.	Занятие 26, стр. 42, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
29.	10.11.23	Ходьба с остановкой по сигналу. Бег с преодолением препятствий. Игровые упражнения в прыжках и с мячом.	Занятие 30, стр. 46, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева

30.	13.11.23	Ходьба с изменением направления движения. Прыжки через короткую скакалку. Бросание мяча друг другу. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Занятие 28, стр. 44, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
31.	15.11.23	Ходьба с изменением направления движения. Прыжки через короткую скакалку. Бросание мяча друг другу. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	Занятие 29, стр. 46, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
32.	17.11.23	Ходьба с изменением темпа движения и с высоким подниманием колен. Игровые упражнения с мячом и бегом.	Занятие 33, стр. 50, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
33.	20.11.23	Ходьба и бег змейкой между предметами. Пролезание под дугу. Ведение мяча с продвижением вперед. Упражнение в равновесии.	Занятие 31, стр. 48, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
34.	22.11.23	Ходьба и бег змейкой между предметами. Пролезание под дугу. Ведение мяча с продвижением вперед. Упражнение в равновесии.	Занятие 32, стр. 46, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
35.	24.11.23	Ходьба с изменением направления движения по сигналу. Поворот прыжком на месте. Задания с мячом. Прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы.	Занятие 36, стр. 54, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
36.	27.11.23	Ходьба и бег между предметами. Упражнения в прыжках и равновесии. Переход с одного пролета на другой при лазании по гимнастической стенке.	Занятие 34, стр. 51, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
37.	29.11.23	Ходьба и бег между предметами. Упражнения в прыжках и равновесии. Переход с одного пролета на другой при лазании по гимнастической стенке.	Занятие 35, стр. 53, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
38.	01.12.23	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу. Продолжительный бег. Упражнения в равновесии, прыжках и с мячом.	Занятие 39, стр. 58, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
39.	04.12.23	Ходьба с различным положением рук. Бег в рассыпную и в колонне. Сохранение равновесия в усложненной ситуации. Упражнения с мячом.	Занятие 37, стр. 56, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
40.	06.12.23	Ходьба с различным положением рук. Бег в рассыпную и в колонне.	Занятие 38, стр. 58, «Физическая культура в

		Сохранение равновесия в усложненной ситуации. Упражнения с мячом.	детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
41.	08.12.23	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания по сигналу. Игровые упражнения в прыжках и равновесии.	Занятие 42, стр. 61, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
42.	11.12.23	Ходьба с изменением темпа движения. Прыжки на правой и левой ноге попеременно. Упражнения в ползании. Эстафеты с мячом.	Занятие 40, стр. 59, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
43.	13.12.23	Ходьба с изменением темпа движения. Прыжки на правой и левой ноге попеременно. Упражнения в ползании. Эстафеты с мячом.	Занятие 41, стр. 61, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
44.	15.12.23	Ходьба в колонне по одному с остановкой по сигналу. Упражнения с мячом, в прыжках, в равновесии.	Занятие 45, стр. 65, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
45.	18.12.23	Ходьба с изменением темпа движения с ускорением и замедлением. Подбрасывание малого мяча. Ползание на животе по гимнастической скамейке.	Занятие 43, стр. 63, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
46.	20.12.23	Ходьба с изменением темпа движения с ускорением и замедлением. Подбрасывание малого мяча. Ползание на животе по гимнастической скамейке.	Занятие 44, стр. 64, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
47.	22.12.23	Ходьба между предметами. Игровые задания с использованием клюшки и шайбы. Метание мешочков с песком или снежков.	Занятие 48, стр. 68, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
48.	25.12.23	Ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону. Ползание по скамейке способом «по-медвежьи». Упражнения в прыжках и равновесии.	Занятие 46, стр. 66, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
49.	27.12.23	Ходьба и бег по кругу с поворотом в другую сторону. Ползание по скамейке способом «по-медвежьи». Упражнения в прыжках и равновесии.	Занятие 47, стр. 68, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
50.	29.12.23	Ходьба между предметами. Игровые задания с использованием клюшки и шайбы. Метание мешочков с песком или снежков.	Занятие 48, стр. 68, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
51.	10.01.24	Ходьба и бег по кругу, в рассыпную, с остановкой по сигналу. Ходьба по	Занятие 49, стр. 70, «Физическая культура в

		уменьшенной площади опоры. Прыжки на двух ногах через препятствие.	детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
52.	12.01.24	Ходьба в колонне по одному, бег между предметами. Ходьба бег в рассыпную. Игровые упражнения с прыжками. Скольжение по дорожке.	Занятие 51, стр. 72, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
53.	15.01.24	Ходьба и бег по кругу, в рассыпную, с остановкой по сигналу. Ходьба по уменьшенной площади опоры. Прыжки на двух ногах через препятствие.	Занятие 50, стр. 72, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
54.	17.01.24	Ходьба с выполнением задания для рук. Прыжки в длину с места. Упражнения с мячом. Ползание по гимнастической скамейке.	Занятие 52, стр. 73, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
55.	19.01.24	Упражнения с элементами хоккея. Метание снежков на дальность. Прыжки на двух ногах.	Занятие 54, стр. 76, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
56.	22.01.24	Ходьба с выполнением задания для рук. Прыжки в длину с места. Упражнения с мячом. Ползание по гимнастической скамейке.	Занятие 53, стр. 75, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
57.	24.01.24	Ходьба и бег с выполнением дополнительного задания. Упражнения с мячом. Пролезание под шнур.	Занятие 55, стр. 77, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
58.	26.01.24	Ходьба и бег между предметами. Ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую.	Занятие 57, стр. 75, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
59.	29.01.24	Ходьба и бег с выполнением дополнительного задания. Упражнения с мячом. Пролезание под шнур.	Занятие 56, стр. 75, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
60.	31.01.24	Ходьба и бег с изменением направления движения. Ползание на четвереньках. Упражнения в прыжках и равновесии.	Занятие 58, стр. 81, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
61.	02.02.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Игровое задание с клюшкой и шайбой. Игровое задание с прыжками.	Занятие 63, стр. 86, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
62.	05.02.24	Ходьба и бег по кругу с выполнением задания. Упражнения в равновесии при ходьбе на повышенной опоре с	Занятие 61, стр. 84, «Физическая культура в

		выполнением задания. Прыжки в длину. Упражнения с мячом.	детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
63.	07.02.24	Ходьба и бег по кругу с выполнением задания. Упражнения в равновесии при ходьбе на повышенной опоре с выполнением задания. Прыжки в длину. Упражнения с мячом.	Занятие 62, стр. 86, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
64.	09.02.24	Игровое задание с клюшкой и шайбой. Игровое задание с прыжками. Ходьба и бег с выполнением задания.	Занятие 66, стр. 90, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
65.	12.02.24	Ходьба и бег с выполнением задания для рук. Перебрасывание мяча через веревку. Прыжки с подскоком. Пролезание под шнур.	Занятие 64, стр. 87, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
66.	14.02.24	Ходьба и бег с выполнением задания для рук. Перебрасывание мяча через веревку. Прыжки с подскоком. Пролезание под шнур.	Занятие 65, стр. 89, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
67.	16.02.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Игровое задание с клюшкой и шайбой. Игровое задание с прыжками.	Занятие 69, стр. 93, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
68.	19.02.24	Ходьба со сменой темпа движения. Прыжки на одной ноге попеременно. Метание мешочков в вертикальную цель. Лазание по гимнастической стенке. Равновесие на повышенной опоре с дополнительными упражнениями.	Занятие 67, стр. 91, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
69.	21.02.24	Ходьба со сменой темпа движения. Прыжки на одной ноге попеременно. Метание мешочков в вертикальную цель. Лазание по гимнастической стенке. Равновесие на повышенной опоре с дополнительными упражнениями.	Занятие 68, стр. 92, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
70.	26.02.24	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания на внимание. Ползание на четвереньках. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 70, стр. 94, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
71.	28.02.24	Ходьба в колонне по одному с выполнением задания на внимание. Ползание на четвереньках. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 71, стр. 96, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева

72.	01.03.24	Бег на скорость. Игровые упражнения с мячом и прыжками. Подвижная игра «Лягушка на болоте».	Занятие 75, стр. 101, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
73.	04.03.24	Ходьба и бег между предметами. Упражнение в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. Прыжки и упражнения с мячом.	Занятие 73, стр. 98, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
74.	06.03.24	Ходьба и бег между предметами. Упражнение в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания. Прыжки и упражнения с мячом.	Занятие 74, стр. 102, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
75.	11.03.24	Ходьба в колонне по одному, бег в рассыпную. Прыжки. Ползание. Задания с мячом.	Занятие 76, стр. 102, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
76.	13.03.24	Ходьба в колонне по одному, бег в рассыпную. Прыжки. Ползание. Задания с мячом.	Занятие 77, стр. 104, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
77.	15.03.24	Ходьба, бег по заданию. Прыжки с продвижением вперед между предметами. Упражнения с мячом.	Занятие 78, стр. 105, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
78.	18.03.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Ползание. Метание мешочков в горизонтальную цель. Упражнение в равновесии.	Занятие 79, стр. 106, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
79.	20.03.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Ползание. Метание мешочков в горизонтальную цель. Упражнение в равновесии.	Занятие 80, стр. 108, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
80.	22.03.24	Бег на скорость. Игровые упражнения с мячом и прыжками. Игровое упражнение «Пас ногой». Подвижная игра «Горелки».	Занятие 81, стр. 108, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
81.	25.03.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Лазание по гимнастической стенке. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 82, стр. 109, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
82.	27.03.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Лазание по гимнастической стенке. Упражнения в равновесии и прыжках.	Занятие 83, стр. 111, «Физическая культура в

			детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
83.	29.03.24	Ходьба и бег по заданию. Прыжки. Упражнения с мячом.	Занятие 84, стр. 111, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
84.	01.04.24	Игровые упражнения в ходьбе и беге. Прыжки. Упражнения с мячом. Упражнения в равновесии.	Занятие 85, стр. 113, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
85.	03.04.24	Игровые упражнения в ходьбе и беге. Прыжки. Упражнения с мячом. Упражнения в равновесии.	Занятие 86, стр. 115, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
86.	05.04.24	Ходьба в колонне по одному. Игровые упражнения в беге и прыжках. Подвижная игра «Охотники и утки»	Занятие 87, стр. 115, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
87.	08.04.24	Ходьба и бег по кругу с выполнением дополнительного задания по сигналу. Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 88, стр. 117, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
88.	10.04.24	Ходьба и бег по кругу с выполнением дополнительного задания по сигналу. Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 89, стр. 119, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
89.	12.04.24	Ходьба и бег друг за другом с выполнением дополнительного задания. Прыжки и упражнения с мячом	Занятие 90, стр. 119, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
90.	15.04.24	Ходьба в колонне по одному с последующим перестроением в пары. Метание мешочков с песком в даль. Ползание по гимнастической скамейке	Занятие 91, стр. 120, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
91.	17.04.24	Ходьба и бег по кругу с выполнением дополнительного задания по сигналу. Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча друг другу.	Занятие 92, стр. 122, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
92.	19.04.24	Бег на скорость. Игровые упражнения с мячом и прыжками. Игровое упражнение «Пас ногой». Подвижная игра «Горелки».	Занятие 93, стр. 123, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
93.	22.04.24	Ходьба и бег с выполнением дополнительного задания. Упражнения	Занятие 94, стр. 124, «Физическая культура в

		с мячом. Прыжки. Упражнения в равновесии.	детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
94.	24.04.24	Ходьба и бег с выполнением дополнительного задания. Упражнения с мячом. Прыжки. Упражнения в равновесии.	Занятие 95, стр. 126, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
95.	26.04.24	Игровые упражнения с ходьбой и бегом. Развивать ловкость в упражнениях с мячом и прыжках.	Занятие 96, стр. 126, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
96.	27.04.24	Игровые упражнения с ходьбой и бегом. Развивать ловкость в упражнениях с мячом и прыжках. Подвижная игра «Лягушки на болоте», «Горелки».	Занятие 96, стр. 126, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
97.	03.05.24	Продолжительный бег. Прыжки через короткую скакалку. Броски мяча друг другу. Упражнение в равновесии с дополнительным заданием.	Занятие 99, стр. 130, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
98.	06.04.24	Упражнения в ходьбе и беге. Умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Прыжки с продвижением вперед на одной ноге.	Занятие 97, стр. 128, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
99.	08.05.24	Упражнения в ходьбе и беге. Умение сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Прыжки с продвижением вперед на одной ноге.	Занятие 98, стр. 130, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
100.	13.05.24	Ходьба и бег с изменением темпа движения. Прыжки в длину с места. Упражнения с мячом.	Занятие 100, стр. 131, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
101.	15.05.24	Ходьба и бег с изменением темпа движения. Прыжки в длину с места. Упражнения с мячом.	Занятие 101, стр. 133, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
102.	17.05.24	Ходьба и бег с выполнением заданий. Прыжки. Упражнения с мячом. Подвижная игра «Мышеловка».	Занятие 102, стр. 133, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
103.	20.05.24	Ходьба и бег в колонне по одному, по кругу. Метание мешочков с песком в даль. Прыжки. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	Занятие 103, стр. 135, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
104.	22.05.24	Ходьба и бег в колонне по одному, по кругу. Метание мешочков с песком в	Занятие 104, стр. 136, «Физическая культура в

		даль. Прыжки. Равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
105.	24.05.24	Ходьба и бег между предметами. Бег в рассыпную. Упражнения с мячом и прыжками.	Занятие 105, стр. 137, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
106.	27.05.24	Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу. Прыжки. Лазание на гимнастическую стенку. Равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Занятие 106, стр. 139, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
107.	29.05.24	Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу. Прыжки. Лазание на гимнастическую стенку. Равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	Занятие 107, стр. 140, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева
108.	31.05.24	Ходьба и бег с выполнением задания. Задания с мячом. Подвижная игра «Не оставайся на полу»	Занятие 108, стр. 141, «Физическая культура в детском саду 6-7 лет» Л. И. Пензулаева

**Календарное планирование занятий по формированию основ здорового образа жизни в подготовительной группе на 2023-2024 учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	19.08.23	Укрепи свое здоровье. День сока.	Занятие 3, стр. 13, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
2.	13.10.23	Для чего нужны мышцы. День детского здоровья.	Занятие 4, стр. 17, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
3.	10.11.23	Что такое правильная осанка.	Занятие 5, стр. 21, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
4.	29.12.23	Береги свой позвоночник!	Занятие 6, стр. 25, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
5.	12.01.24	Чем мы дышим «Путешествие в страну Носарию».	Занятие 7, стр. 28, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
6.	08.02.24	Сам себя я полечу. «Заяц-хвоста».	Занятие 10, стр. 37, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
7.	01.03.24	У кого какой нос	Занятие 9, стр. 34, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»
8.	12.04.24	Международный день здоровья. КВН «Я здоровье берегу – быть здоровым я хочу»	М. Картушина «Быть здоровыми хотим», стр. 50.
9.	03.05.24	У кого какие уши.	Занятие 12, стр.45, М. Картушина «Быть здоровыми хотим»

**Календарное планирование занятий ОБЖ в подготовительной группе на учебный год**

№п/п	Дата	Тема	Источник
1.	08.09.23	Занятие «Уроки осторожности»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
2.	27.10.23	Цикл занятий «Опасные забавы»	Т. А. Шорыгина «Основы безопасности» (для детей 5-8 лет)
3.	24.11.23	Подвижная игра «Найди свой дом»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
4.	15.12.23	Занятие «Школа пешеходных наук»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
5.	26.01.24	Занятие «Знакомство с работой спасателей»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
6.	22.02.24	Игра – инсценировка «Спасатели»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
7.	22.03.24	Игра «Что делать»	Стр. 92
8.	26.04.24	Занятие «Школа пешеходных наук»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева
9.	24.04.24	Развлечение «Эстафета зеленого огонька»	«ОБЖ для дошкольников» Т. П. Гарнышева

**Перечень программно-методического обеспечения.**

- Т. П. Гарнышева ОБЖ для дошкольников 3-7 лет  
 М. Картушина Быть здоровыми хотим. Архангельск, 2001г  
 Л. И. Пензулаева Физкультура в детском саду. 3-4 года Москва, 2021г  
 Л. И. Пензулаева Физкультура в детском саду. 4-5 лет Москва, 2021г  
 Л. И. Пензулаева Физкультура в детском саду. 5-6 лет Москва, 2021г  
 Л. И. Пензулаева Физкультура в детском саду. 6-7 лет Москва, 2021г  
 Л. И. Пензулаева Оздоровительная гимнастика 3-4 года Москва, 2022г  
 Л. И. Пензулаева Оздоровительная гимнастика 6-7 лет Москва, 2021г  
 С. Ю. Федорова Планы физкультурных занятий в ясельных группах детского сада. Москва, 2021г  
 Т. Е. Харченко Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада. Москва, 2022г