

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
комбинированного вида, детский сад «Ёлочка»

Принят с учетом мнения  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
от «01» \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2016 г.



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ д/с «Ёлочка»

*Л.Н. Панкова* / Л.Н. Панкова

Приказ № 103/1  
от «01» \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2016 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По образовательной области физическое развитие для групп  
компенсирующей направленности детей 3-7 лет

Разработала  
физ. инструктор  
Табагадзе Ю.Г.

г. Черногорск

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе адаптированной программы ДОУ. Базой для реализации программы является Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155.

К группам детей с ОВЗ относятся дети, состояние здоровья которых препятствует освоению ими всех или некоторых разделов образовательной программы дошкольного учреждения вне специальных условий воспитания и обучения. В группах обеспечивается оказание помощи семьям, воспитывающим детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья в укреплении и коррекции нервно – психической, речевой и двигательной деятельности, развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений развития.

Группы дошкольников с ОВЗ не однородны, в них входят дети с разными нарушениями развития, выраженность которых может быть различна. Выделяются следующие категории детей с нарушениями развития:

- дети с нарушениями слуха (слабослышащие);
- с нарушениями зрения (слабовидящие);
- с тяжелыми нарушениями речи;
- с нарушениями опорно – двигательного аппарата;
- с задержкой психического развития;
- с нарушениями интеллектуального развития;
- с нарушениями эмоционально – волевой сферы;
- с комплексными (сложными) нарушениями развития.

Согласно стандарту физическое развитие включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

### **Основные задачи физического развития по возрастным этапам:**

#### **Первый этап:**

Создавать условия для

- стимулирования двигательной активности детей;
- развития у детей интереса к движениям и потребности в двигательной активности;
- формирования положительного отношения к двигательным играм;
- обучения основным движениям;
- развития координации движений, ориентировки в пространстве;
- развития умения выполнять движения по подражанию, по образцу, по слову–сигналу;
- формирования ритмичности движений, умения выполнять серию движений под музыку.

## **Второй этап:**

Создавать условия для

- формирования произвольных движений по образцу и словесной инструкции;
- развития чувства равновесия, чувства ритма, координации движений рук и ног;
- развития точности и ловкости движений;
- формирования умения взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр и упражнений;
- развития умения соблюдать правила в подвижных играх и игровых упражнениях.

При решении поставленных задач необходимо учитывать возрастные особенности детей.

## **1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

### **Общая характеристика особенностей детей с ОВЗ:**

#### **I группа компенсирующей направленности, реализующая адаптированную программу**

Состав группы – 10 детей (5-7 лет)

#### **Задержка психического и психоречевого развития (2 ребёнка)**

Для детей характерна неорганизованность, некритичность, неадекватность самооценки. Эмоции детей поверхностны и неустойчивы. Наблюдаются трудности в установлении коммуникативных контактов; невозможность на длительное время сконцентрироваться на целенаправленной деятельности. Присущи симптомы органического инфантилизма: повышенная утомляемость, бедность психических процессов, гиперактивность. Дети отличаются несамостоятельностью, непосредственностью, не умеют целенаправленно выполнять задания, проконтролировать свою работу. Для их деятельности характерна низкая продуктивность работы, неустойчивость внимания при низкой работоспособности и низкая познавательная активность.

Задержка психического развития сопровождается разнообразными проблемами с речью. У детей с ЗПРР наблюдается не только нарушение речи, но и расстройство эмоционального плана, а также умственного развития в целом. Дети не способны чётко понимать и выполнять адресованные им просьбы, не понимают и не выполняют простые инструкции, плохо и мало разговаривают.

#### **Синдром Дауна (1 ребёнок)**

Хорошая социализация с детьми и взрослыми, реагирует на имя, понимает простые инструкции на бытовом уровне. Принимает участие в совместной деятельности, играх. Владеет навыками самообслуживания.

#### **Ранний детский аутизм (7 детей)**

Наблюдаются трудности вступления в контакт с педагогом и детьми. Игровая деятельность не развита, предпочитают предметно – манипулятивные действия с игрушкой, повторяют одни и те же действия. Не способны действовать по образцу. Избегают смотреть в глаза собеседнику, не реагируют на обращенную к ним речь; не здороваются с родителями, гостями. Проявляют негативизм при выполнении совместной деятельности, неадекватные реакции (крик, падение на пол).

#### **II группа компенсирующей направленности, реализующая адаптированную программу**

Состав группы – 9 детей (3-5 л.)

#### **Задержка психического и психоречевого развития (2 детей)**

Наблюдается нарушение активного произвольного внимания, которое негативно отражается на функционировании всей познавательной системы ребенка, так как нарушения внимания ведут к нарушениям в восприятии, памяти, мышлении, воображении, речи. Затруднено переключение с одного вида деятельности на другой, наблюдается застревание на отдельных фрагментах учебного материала. Внимание детей устойчиво в течение буквально нескольких минут, а иногда и секунд. Характерно реагирование на сенсорные раздражители.

У детей с алалией часто наблюдается агрессивность, драчливость, конфликтность.

Характерна некоторая дурашливость, отсутствие самокритики, излишняя доверчивость. Игровая деятельность также отличается своеобразием: интерес к игре, как правило, летучий, чаще у детей с алалией в игре роль ведомых. Наблюдение за игровой сферой может быть крайне информативным в плане характеристики эмоционально-волевой сферы. У детей с более выраженной органической недостаточностью могут наблюдаться проявления немотивированной агрессии, раздражительности, характерно нежелание вступать в контакт, замкнутость, волевые качества не развиты, при затруднениях следует отказ от начатой деятельности

### **Ранний детский аутизм (3 детей)**

Наблюдаются трудности вступления в контакт с педагогом и детьми. Игровая деятельность не развита, предпочитают предметно – манипулятивные действия с игрушкой, повторяют одни и те же действия. Не способны действовать по образцу. Избегают смотреть в глаза педагогу, не реагируют на обращенную к ним речь; не здороваются с родителями, гостями. Проявляют негативизм при выполнении совместной деятельности, неадекватные реакции (крик, падение на пол). Нарушена общая и мелкая моторика.

### **Синдром Дауна -1 ребёнок**

Хорошая социализация с детьми и взрослыми, реагирует на имя, понимает простые инструкции на бытовом уровне. Принимает участие в совместной деятельности, играх. Не владеет навыками самообслуживания.

### **ДЦП - 2 детей**

#### **Почечная недостаточность – 1 ребёнок**

**группа кратковременного пребывания компенсирующей направленности, реализующая адаптированную программу**

Состав группы – 5 детей.

### **ДЦП (5 детей)**

Эмоционально-волевые нарушения могут проявлять себя по-разному: повышенная возбудимость; пассивность, безынициативность, излишняя застенчивость, страхи; расстройства сна; повышенная впечатлительность; повышенная утомляемость; низкая волевая активность. Дети, страдающие церебральным параличом, более часто испытывают отрицательные эмоции, такие как: страх, гнев, стыд, страдания и др., чем дети без данного заболевания. Доминирование отрицательных эмоций над положительными приводит к частому переживанию состояний грусти, печали с частым перенапряжением всех систем организма.

Возрастные особенности воспитанников см. в адаптированной программе ДОУ.

Организация образовательной работы по физическому развитию осуществляется в форме непрерывной образовательной деятельности.

Занятия проводятся 3 раза в неделю длительностью 15 (в 1 компенсирующей группе) и 20 (во 2 компенсирующей группе) минут. Общее количество занятий в учебный год – 102.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» I КОМПЕНСИРУЮЩАЯ ГРУППА

Месяц	Тема недели	НОД (занятие). Цель	Оборудование	Совместная деятельность
Сентябрь	Обследование	1. Развивать умение ходить и бегать стайкой за взрослым. 2. Формировать умение ползать на четвереньках в разных направлениях. 3. Развивать умение выполнять действия по сигналу.	Шапочки Мяч Обручи	П/И «Солнышко и дождик» «Догони мяч», «Бегите ко мне», «Поезд», «Кошка и котята». Развлечение «Ярмарка игр»
	Обследование	1. Развивать умение ходить в заданном направлении. 2. Формировать умение подпрыгивать на двух ногах. 3. Развитие умения имитировать походку животных.	Набивные мячи Шапочки Маски	
	«Овощи, фрукты»	1. Учить ходить за взрослым, обходя препятствия. 2. Формировать правильную осанку 3. Упражнять в ходить по дорожке.	Ориентиры Сухой бассейн Рёбристая дорожка	
	«Овощи, фрукты»	1. Продолжать упражнять в ходьбе по дорожкам. 2. Развивать мышечную систему. 3. Тренировать в ходьбе, держась друг за друга.	Массажная дорожка Беговая дорожка Шапочки	
Октябрь	«Осень»	1. Упражнять в умении переходить от ходьбы к бегу по сигналу. 2. Совершенствовать умение ползать на четвереньках в заданном направлении. 3. Развитие ловкости.	Флажки Мяч  Атрибут п/и (хвост)	П/И «Мой весёлый звонкий мяч», «Дождик, дождик – ка кап», «Мышки». Развлечение «Мы в лесок пойдём».
	«Осень»	1. Упражнять в ходьбе и беге к предмету. 2. Развивать умение прокатывать мяч в разных направлениях. 3. Упражнять в развитии силы.	Набивные мячи Мяч Гимнастическая лестница	
	«Детский сад»	1. Формировать умение ходить с перешагиванием через предметы. 2. Упражнять в прыжках на двух ногах. 3. Совершенствовать умение прокатывать мячи в заданном направлении.	Скакалка Обручи Мячи	
	«Детский сад»	1. Развивать координацию. 2. Развитие выносливости. 3. Совершенствовать в ходьбе по дорожке.	Атрибут п/и (ушки зайца) Велотренажер Массажные дорожки	

Ноябрь	«Одежда, обувь»	1. Формировать умение ходить в колонне по одному. 2. Развивать умение ползать на животе к цели. 3. Совершенствовать развитие выносливости.	Скакалки Флажки Беговая дорожка	П/И «Зайка на полянке», «Птички в гнёздышках», «Шар», «Где звенит?». Развлечение «Путешествие джунгли».
	«Одежда, обувь»	1. Совершенствовать умение бегать в колонне по одному. 2. Развивать умение прицеливаться. 3. Укреплять мышцы ног.	Скакалки Мяч Тренажер «Воздушная прогулка»	
	«Мебель, посуда»	1. Совершенствовать умение ходить по массажным дорожкам. 2. Развивать координацию движений. 3. Развивать координационные способности.	Массажная дорожка Батут Гимнастическая лестница	
	«Предметы быта»	1. Формировать умение ходить на пятках. 2. Формировать сенсорное развитие. 3. Развитие ловкости.	Атрибут п/и Сухой бассейн Дорожка препятствий	
Декабрь	«Зимушка – зима»	1. Совершенствовать умения ходить по кругу, взявшись за руки. 2. Развивать выдержку, ловкость. 3. Совершенствовать умение прыгать на двух ногах с продвижением вперёд.	Елочка Гимнастическая скамья Обруч	П/И «Найди свой домик», «Идём по тропинке», «Зайка», «Как у наших у ребят», «Заморозь руки». Развлечение «В гостях у сказки».
	«Зимушка – зима»	1. Совершенствовать умение ходить и бегать по дорожке. 2. Формировать умение подлезать под препятствие. 3. Упражнять в ходьбе с перешагиванием через препятствия.	Массажные дорожки Дуги Канат	
	«Новый год»	1. Совершенствовать умение ходить на носках и на пятках. 2. Формировать умение вращаться вокруг себя. 3. Совершенствовать умение перелезть, через широкое препятствие.	Погремушки Флажки Степы	
	«Новый год»	1. Совершенствовать умение ходить и бегать по кругу. 2. Развивать выносливость. 3. Формировать умение кидать предметы вдаль.	Фишки Тренажер «Степпер» Мешочек для метания	
Январь	«Животные, птицы»	1. Развивать умение ходить с высоким подниманием бедра. 2. Упражнять в умении перелезть через скамейку. 3. Совершенствовать умение кружиться вокруг себя с остановкой по сигналу.	Гантели Гимнастическая скамья Ленты	П/И «Снежиночки – пушиночки», «Зайка беленький сидит», «С горки», «Найдём мишку» «Лисичка».
	«Животные, птицы»	1. Упражнять в умении бегать по команде враспынную. 2. Совершенствовать развитие координации.	Атрибут п/и Батут	

		3. Упражнять в ходьбе по дорожке препятствий.	Дуги	Развлечение «Зимние забавы»
	«Животные, птицы»	1. Формировать умение строиться после бега в рассыпную в колонну по команде. 2. Развивать силу (бросание в даль). 3. Развивать умение соблюдать правила в играх.	Атрибут п/и  Мяч Атрибут п/и	
Февраль	«Транспорт»	1. Развивать выносливость. 2. Совершенствовать умение ползать под препятствия разной высоты. 3. Развивать умение ловить мяч от взрослого.	Беговая дорожка Дуги  Мяч	П/И «Снежинки и ветер», «Самолёты», «Попади в тан», «Бравые солдаты», «Найди флажок». Праздник, посвящённый 23 февраля.
	«Транспорт»	1. Совершенствовать умение ходить в колонне по одному с предметами в руках. 2. Развивать умение бросать мешочек в горизонтальную цель. 3. Совершенствовать умение ловить и бросать мяч взрослому.	Гантели  Мешочек для метания Мяч	
	«Человек»	1. Формировать умение ходить с выполнением упражнений для рук. 2. Совершенствовать умение перепрыгивать через препятствие. 3. Совершенствовать умение кидать предмет в движущуюся цель.	Флажки Канат Мешочек для метания	
	«Человек»	1. Совершенствовать умение ходить по дорожке с изменением темпа. 2. Развивать умение прокатывания мяча друг другу. 3. Развивать мышечную систему.	Массажные дорожки Мяч Сухой бассейн	
Март	«Дом, семья»	1. Совершенствовать умение ходить и бегать с изменением темпа. 2. Совершенствовать умение ловить и бросать мяч взрослому. 3. Упражнять в прыжках с продвижением вперёд.	Флажки Мяч Обручи	П/И «Собери шишки», «Дети и колокольчик», «Зайка белый умывается». Развлечение «Солнечные зайчики».
	«Дом, семья»	1. Продолжать формировать умение ходить с остановкой по сигналу. 2. Формировать умение передвигаться по скамейке сидя. 3. Упражнять в ходьбе и беге по извилистым дорожкам.	Колокольчик Скамейка Извилистые дорожки	
	«Профессии»	1. Формировать умение ходить по доске, по канату. 2. Упражнять бросать мяч об пол. 3. Сенсорное восприятие.	Канат Мяч Сухой бассейн	
	«Профессии»	1. Упражнять в ходьбе по скамейке. 2. Развивать умение перепрыгивать через несколько препятствий подряд. 3. Формировать умение прыгать на одной ноге, с ноги на ногу.	Скамейка Дуги  Атрибут п/и	

Апрель	«Весна»	1. Упражнять в подлезании под высокое препятствие, не дотрагиваясь до пола. 2. Упражнять в метании в горизонтальную цель. 3. Упражнять в развитии координации.	Цель для метания Батут	П/И «Пузырь», «Воробышек автомобиль», «Зайка серенький сидит», «Лошадка», «Куручка и цыплята». День Здоровья.
	«Весна»	1. Развивать меткость (прокатывать мяч друг другу под воротца). 2. Упражнять в ходьбе по скамейке. 3. Формировать умение перепрыгивать через дорожку.	Мяч, воротца Скамейка Дорожки гимнастические	
	«Растения»	1. Упражнять в ловле и бросании мяча взрослому. 2. Упражнять в прыжках вокруг предметов, вокруг себя. 3. Упражнять в лазании по гимнастической лестнице.	Мяч Фишки Гимнастическая лестница	
	«Растения»	1. Упражнять в передвижении по скамейке сидя. 2. Развивать умение прыгать на мяче – фитболе. 3. Упражнять в имитации движений животных и птиц в играх.	Скамейка Фитбол Атрибуты к п/и	
Май	«Наша Родина, наш город»	1. Упражнять в бросках мяча об пол и ловле его. 2. Формировать умение прыгать из обруча в обруч. 3. Развивать умение ходить по брёвнам разной высоты.	Мяч Обручи Бревна разной высоты	П/И «Найди свой домик», «Зайцы и волк», «Добрый зонтик», «Медведюшка», «Его гости у ёжика». Развлечение «На лесной полянке утром спозаранку».
	«Наша Родина, наш город»	1. Упражнять в бросках мяча друг другу. 2. Развивать умение прыгать в длину. 3. Упражнять в лазании по гимнастической лестнице.	Мяч Гимнастическая лестница	
	«Насекомые, скоро лето»	1. Формировать умение подкидывать мяч вверх и ловить его. 2. Упражнять в прыжках на батуте. 3. Упражнять в подлезании под высокое препятствие.	Мяч Батут	
	«Насекомые, скоро лето»	1. Упражнять в прыжках разных видов. 2. Развивать выносливость. 3. Упражнять в преодолении дорожки препятствий.	Скамейка Беговая дорожка Массажные коврики, Дуги	



ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» II КОМПЕНСИРУЮЩАЯ ГРУППА

Месяц	Тема недели	НОД (занятие). Цель	Оборудование	Совместная деятельность
Сентябрь	«Обследование»	1. Развивать умение ходить и бегать в колонне по одному, огибая ориентиры. 2. Упражнять в ловле мяча и бросании его взрослому. 3. Развивать умение лазать по гимнастической лестнице.	Мягкие модули  Мячи Гимнастическая лестница	П/И «Бегите к флажку», «Солнышко и дождик», «Пузырь», «Самолёты», «Пойми комара». Развлечение «Ярмарка игр».
	«Обследование»	1. Упражнять в ходьбе и беге в рассыпную с перестроением в колонну. 2. Упражнять в подлезании и ползании под препятствия. 3. Формировать умение прыгать с продвижением вперёд.	Конусы  Дуги	
	«Овощи, фрукты»	1. Развивать умение ходить с остановкой по сигналу, бегать с изменением темпа. 2. Упражнять в ходьбе по массажным дорожкам. 3. Упражнять в ходьбе по скамейке.	Массажные дорожки Скамейка	
	«Овощи, фрукты»	1. Развивать умение ходить с выполнением заданий. 2. Развивать выносливость. 3. Упражнять в умении прокатывать мяч двумя руками змейкой между предметами.	Флажки Тренажер «Степпер» Мяч, мягкие модули	
Октябрь	«Осень»	1. Развивать умение ходить парами, держась за руки. 2. Упражнять в ходьбе по скамейке с перешагиванием через предметы. 3. Развивать умение прыгать в «Классах».	Скамейка, мешочки «Классы»	П/И «Поезд», «Зайчики на полянке», «Мой весёлый звонкий мяч», «Лягушата», «К флажку». Развлечение «Прогулка по осеннему лесу».
	«Осень»	1. Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, в полуприсяде. 2. Упражнять в ползании в заданном направлении. 3. Развивать координацию.	Брёвна разной высоты	
	«Детский сад»	1. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его. 2. Развивать умение прыгать на мячах. 3. Упражнять в подлезании под препятствия.	Мяч Фитболы Дуги	
	«Детский сад»	1. Развивать умение перепрыгивать через дорожку. 2. Упражнять в катании мячей друг другу из разных положений. 3. Развивать умение проходить дорожку препятствий.	Дорожка массажная Мячи  Мягкие модули, маты	

			скамейки	
Ноябрь	«Одежда, обувь»	1. Упражнять в бросании мешочка в горизонтальную цель. 2. Упражнять в лазании через лесенку – стремянку. 3. Развивать умение ходить и бегать с имитацией животных и птиц.	Мешочек Лесенка-стремянка Атрибуты костюмов	П/И «Пузырь», «Догони мяч», «Набрось колечко», «Собери шарики», «Угадай, кто идёт». Развлечение «Джунгли зовут».
	«Одежда, обувь»	1. Упражнять в ловле мяча и бросании его взрослому. 2. Развивать умение перелезть через препятствие. 3. Формировать умение прыгать в «Классах».	Мяч Маты «Классы»	
	«Мебель, посуда»	1. Упражнять в передвижении по скамейке сидя. 2. Развивать умение прыгать в длину с места. 3. Упражнять в бросании мячика вдаль.	Скамейка  Мяч	
	«Предметы быта»	1. Упражнять в бросании мяча об пол и ловить его. 2. Упражнять в прыжках из обруча в обруч. 3. Развивать умение перешагивать через брёвна разной высоты.	Мяч Обруч Бревна	
Декабрь	«Зимушка – зима»	1. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, держась за руки. 2. Упражнять в прыжках вокруг предметов, вокруг себя. 3. Упражнять в метании предмета вдаль.	Мягкие модули Мешочек	П/И «Найди свой домик», «Идём по тропинке», «Мороз – красный нос», «Зайка», «Заморозь руки», «Где звенит?». Развлечение «В гостях у сказки».
	«Зимушка – зима»	1. Развивать способность ходить и бегать змейкой между предметами. 2. Упражнять в ползании на животе по скамейке. 3. Развивать умение прыгать через дорожку с ноги на ногу.	Мягкие модули  Скамейка Ребристая дорожка	
	«Новый год»	1. Упражнять в прокатывании мяча друг другу через ворота. 2. Развивать умение прыгать через предметы боком. 3. Упражнять в перелезании через препятствие.	Мяч  Канат, кубики Маты	
	«Новый год»	1. Упражнять в подкидывании мяча вверх и ловить его. 2. Упражнять в прыжках на батуте. 3. Развивать меткость.	Мяч Батут Вертикальная цель	
Январь	«Животные, птицы»	1. Упражнять в ходьбе по скамейке, руки в стороны. 2. Упражнять в бросании мячика вдаль. 3. Упражнять в прыжках через дорожку.	Скамейка Мячик Дорожка	П/И «Снежиночки – пушиночки», «Зайка беленький сидит», «Сбей снежком», «С горки», «Лиса идёт по след» Развлечение «Зимние забавы».
	«Животные, птицы»	1. Развивать умение бросать мяч об пол и ловить его. 2. Упражнять в прыжках через шнур. 3. Развивать умение кидать предмет в горизонтальную цель.	Мяч Шнур Мешочек	
	«Животные, птицы»	1. Развивать способность подлезать под препятствие, не касаясь руками пола. 2. Упражнять в прыжках через препятствия. 3. Упражнять в кидании предмета в движущуюся цель.	Дуги  Мягкие модули Мяч	
Ф		1. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с хлопками.		

	«Транспорт»	2. Развивать умение ползать на четвереньках по скамейке. 3. Формировать умение спрыгивать с бревна.	Скамейка Бревно	П/И «Снежинки и ветер», «Самолёты», «Пограничники и нарушители», «Попади в танк» «Найди флажок». Праздник, посвящённый 23 февраля.
	«Транспорт»	1. Упражнять в метании в горизонтальную цель. 2. Упражнять в лазании по гимн. лестнице. 3. Развивать умение ходить по лабиринту с подлезанием.	Мешочки для метания Гимнастическая лестница	
	«Человек»	1. Формировать умение бросать мяч друг другу. 2. Развивать способность прыгать на одной ноге с продвижением. 3. Развивать выносливость.	Мяч  Беговая дорожка	
	«Человек»	1. Развивать способность ползать по скамейке на животе. 2. Упражнять в ходьбе и беге змейкой между предметами. 3. Упражнять в прохождении дорожки препятствий.	Скамейка Кегли Мягкие модули, дуги	
Март	«Дом, семья»	1. Развивать способность перелезть через лесенку – стремянку. 2. Развивать умение бросать мяч вверх и ловить его. 3. Упражнять в подпрыгивании вверх, касаясь предмета.	Лесенка- стремянка Мяч	П/И «Мыши и кот», «Собери шишки», «Быстрее – медленнее», «Попади в кру» «Что спрятано?» Развлечение «Солнечные зайчики».
	«Дом, семья»	1. Развивать умение ползать по наклонной доске. 2. Формировать способность прыгать через два шнура. 3. Упражнять в ходьбе по брёвнам разной высоты.	Доска Шнуры Бревна	
	«Профессии»	1. Упражнять в кидании мяча друг другу с отскоком от пола. 2. Развивать умение перелезть через препятствие. 3. Упражнять в прыжках с продвижением вперёд.	Мяч  Дуги	
	«Профессии»	1. Формировать умение прокатывать мяч одной рукой между предметами. 2. Упражнять в прыжках на мячах – фитболах. 3. Упражнять в подлезании под препятствия.	Мяч  Фитбол Дуги	
Апрель	«Весна»	1. Упражнять в ползании по скамейке на животе. 2. Развивать способность отбивать мяч об пол одной рукой. 3. Формировать умение прыгать в «Классах».	Скамейка Мяч	П/И «Трамвай», «Кто бросит дальше мешочек», «Класс» «Карусель», «Школа мяча». День Здоровья.
	«Весна»	1. Упражнять в прыжках в длину с места. 2. Развивать умение отбивать мяч об пол одной рукой. 3. Формировать способность подлезать под препятствие змейкой.	Мяч Дуги	
	«Растения»	1. Упражнять в метании в вертикальную цель. 2. Развивать мышечную систему . 3. Упражнять в лазании по гимн. лестнице.	Мешочки Беговая дорожка Гимнастическая Лестница	

	«Растения»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать умение ходить по скамейке с приседанием.</li> <li>2. Упражнять в прыжках вокруг предметов.</li> <li>3. Формировать умение вести мяч ногой.</li> </ol>	Скамейка Кубики разной величины Мяч	
Май	«Наша Родина, наш город»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать умение прокатывать мяч в цель.</li> <li>2. Упражнять в ползании змейкой.</li> <li>3. Развивать умение передавать мяч друг другу ногой.</li> </ol>	Мяч  Мяч	П/И «Найди свой цвет», «Косой дождь», «Медведюшка», «Мячики», элементы футбола, «Накинь кольцо», «Боулин Развлечение «Весёлые старты».
	«Наша Родина, наш город»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать умение кидать мяч друг другу с отскоком от пола.</li> <li>2. Формировать умение подпрыгивать вверх с касанием предмета.</li> <li>3. Упражнять в ползании по наклонной доске.</li> </ol>	Мяч  Доска	
	«Насекомые, скоро лето»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнять в отбивании мяча об пол.</li> <li>2. Развивать умение ползать по скамейке на животе.</li> <li>3. Упражнять в прыжках в длину с места.</li> </ol>	Мяч Скамейка	
	«Насекомые, скоро лето»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развивать умение прыгать разными видами.</li> <li>2. Упражнять в лазании по гимн. лестнице.</li> <li>3. Развивать умение преодолевать дорожки препятствий.</li> </ol>	Гимнастическая лестница Дуги	

## Оценка индивидуальных достижений ребёнка

При успешном овладении программы дети могут научиться

### На первом этапе обучения:

- ходить друг за другом и в рассыпную по залу, по сигналу педагога находить своё место, с изменением направления по сигналу, по извилистой дорожке, с перешагиванием через предметы, с изменением темпа движения, в заданном направлении;
- бегать по кругу, змейкой между предметами, в заданном направлении, по дорожке;
- выполнять упражнения на развитие равновесия;
- ползать на четвереньках, на животе, в заданном направлении;
- залезать на гимнастическую стенку и спускаться с помощью взрослого;
- прыгать на двух ногах на месте, на батуте, вокруг предмета, спрыгивать с предмета, вдвоём, взявшись за руки;
- выполнять упражнения на координацию движений;
- ориентироваться в пространстве;
- играть в подвижные и хороводные игры;
- играть в игры с мячом, с кольцами;
- играть в игры на развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости.

### На втором этапе обучения:

- ходить в заданном направлении, по одному, в паре;
- ходить по разным дорожкам, на носках и пятках,
- выполнять имитационные движения, действия с воображаемыми объектами;
- выполнять упражнения на развитие равновесия;
- ползать на четвереньках и на животе под дугами, ленточками и т.д.;
- залезать на гимнастическую стенку и спускаться с помощью взрослого;
- прыгать на двух ногах на месте, вокруг предмета, перепрыгивать через шнур, запрыгивать в обруч;
- бросать предмет в цель (в корзину, обруч);
- скатываться с детской горки;
- играть в подвижные и хороводные игры;
- выполнять упражнения на координацию движений;
- ориентироваться в пространстве.

## Список литературы

1. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа.- М. , 2001г.
2. Л.А.Соколова «Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников.- Санкт-Петербург, 2013 г.
3. Н.В.Полтавцева, И.А. Гордова. Физическая культура в дошкольном детстве. - М., 2007г.
4. М.Ю. Картушина. Программа «Зеленый огонек здоровья». - М., ТЦ «Сфера», 2009г.
5. Е.А. Чекунова, Т.П. Колодяжная. Сохранение здоровья детей и педагогов в условиях детского сада. - М.,2010г.
6. Н.Ф. Дик. Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников.- М, 2007 г.
7. В.И.Ковалько. Азбука физкультминуток для дошкольников. - М., 2005г.
8. А.П.Щербак. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.- М.,2000г.
9. Е.И.Вареник «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет.- М.,2006г.
10. Н.И. Крылова. Здоровьесберегающее пространство ДОУ.- Волгоград, 2009г.
11. М.Ю. Картушина. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет.- М, 2012 г.
12. Н.И. Еременко. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. - Волгоград, «Учитель», 2009г.
13. Е.А. Бабенкова, О.М. Федоровская. Игры, которые лечат.- М,2008г.
14. А.С.Галанов. Психическое и физическое развитие ребенка от 3 до 5 лет.- М, 2006 г.
15. Н.Ф.Дик. Развивающие занятия по физической культуре и укреплению здоровья для дошкольников.- Ростов н/Д:Феникс, 2005г.
16. Е.Н. Вареник, С.Г. Кудрявцева, Н.Н. Сергиенко. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет. Планирование и конспекты. - М: ТЦ «Сфера», 2008г.
17. М.Н.Кузнецова. Оздоровление детей в детском саду. Система мероприятий. - М:Айрис-пресс,2008г.
18. В.Н.Щебенко, Н.Н. Ермак. Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника.- М, Просвещение,2000г.
19. Л.И.Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет.
20. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ/ Под ред. З.И. Бересневой. – М, ТЦ «Сфера», 2008г.
21. И.М. Новикова. Формирование представлений о ЗОЖ у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет.- М. , Мозаика-Синтез, 2009г.
22. Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников. – СПб: ООО «Детство – ПРЕСС», 2011г.
23. В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров. Программа оздоровительно-развивающей работы с дошкольниками. – М, Линка-Пресс,2000г.
24. М.Ю. Картушина. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4, 5-6, 6-7 лет – М., ТЦ «Сфера», 2007г.