

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Калининграда центр развития ребенка - детский сад № 111

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

МАДОУ ЦРР д/с № 111

протокол № 1 от 26.08.2022г.

Председатель педагогического совета

Ш.Д. Лапина



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ ЦРР д/с № 111

Ш.Д. Лапина

Приказ № 94 от 26.08.2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

основной общеобразовательной программы дошкольного образования
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Калининграда
центра развития ребенка – детского сада № 111
по образовательной области «Физическое развитие»
(Физическое развитие)
четвертый год обучения

Разработчик: инструктор по физической культуре Жижина М.Е.

Калининград
2022г.

1. Пояснительная записка

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

Методы:

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

Основная форма реализации данной программы – НОД - 3 раза в неделю по 25 минут, совместная деятельность.

Основные цели и задачи:

Цель: воспитание детей здоровыми, крепкими, закаленными.

В данном разделе основное внимание направлено на решение **задач:**

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать творчество в двигательной деятельности.
5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.
9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

2. Планируемые результаты освоения программы

В результате овладения программой достижения ребенка 5-6 лет выражаются в следующем:

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.
- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

3. Тематический план

| Период | № | Содержание |
|----------|----|---|
| сентябрь | 1 | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в беге враспыленную; учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании в прыжках с продвижением вперед. |
| | 2 | Продолжать упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи, в прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед между предметами. |
| | 3 | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному с остановкой по сигналу инструктора, в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладонях и коленях; учить прыгать по кругу с мячом, зажатым между колен. |
| | 4 | Упражнять детей в прыжках в высоту; в бросании мяча вверх, ловле его двумя руками; учить детей ползать на четвереньках между предметами; развивать ловкость и быстроту реакции. |
| | 5 | Упражнять детей в ходьбе на носках и пятках; в бросании мяча вверх и ловле его двумя руками; продолжать учить детей ползать по гимнастической скамейке; развивать у детей выдержку и внимание. |
| | 6 | Учить детей подбивать волан ракеткой в игре в бадминтон; упражнять в ловле мяча после броска о землю. Развивать у детей ловкость, быстроту реакции, четко выполнять правила игры. |
| | 7 | Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колена, продолжать учить детей ползать по гимнастической скамейке, опираясь на ладони и колени; учить перебрасывать мяч друг другу из за головы; упражнять в ходьбе по шнуру, сохраняя равновесие. |
| | 8 | Упражнять в ходьбе и беге; учить пролезать в обруч боком; упражнять детей в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, сохраняя равновесие. Развивать ловкость, глазомер, координацию движений. |
| | 9 | Создать у детей веселое настроение; упражнять в беге и прыжках. Учить детей болеть за своего товарища, действовать сообща; развивать ловкость, внимание, глазомер. Спортивный досуг «В гостях у осени» |
| | 10 | Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу инструктора; продолжать учить пролезать в обруч боком, не задевая край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по шнуру приставным шагом. |
| | 11 | Упражнять в ходьбе и беге; в пролезании в обруч боком ;в равновесии в прыжках с продвижением вперед; развивать ловкость, глазомер, координацию движений. |

| | | |
|---------|----|--|
| | 12 | Учить детей подбивать волан ракеткой, передвигаясь по площадке; упражнять в ползании по гимнастической скамейке на четвереньках; развивать ловкость, координацию движений. |
| октябрь | 13 | Учить детей пролезать через обруч боком; ходить по гимнастической скамейке с мешочком на голове, сохраняя равновесие; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. |
| | 14 | Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 минуты; учить ходить приставным шагом по скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнур. |
| | 15 | Учить детей передавать мяч друг другу ногами; упражнять в прыжках через скакалку; развивать умение действовать четко по сигналу; развивать глазомер. |
| | 16 | Упражнять в ходьбе приставным шагом через кубики; учить перебрасывать мяч друг другу методом от груди. Упражнять в спрыгивании со скамейки на полусогнутые ноги; учить сохранять равновесие. |
| | 17 | Повторить ходьбу с высоким подниманием колена; разучить поворот во время ходьбы по сигналу инструктора; упражнять в беге с перепрыгиванием через бруски; развивать внимание, быстроту реакции. |
| | 18 | Учить детей вести мяч ногами, перекачивать его друг другу; учить вести мяч ногой между предметами; закрепить прыжки с гимнастической скамейки, развивать ловкость, внимание, глазомер. |
| | 19 | Упражнять в ходьбе и беге, в равновесии, в прыжках; учить ползать по гимнастической скамейке на животе; развивать ловкость, координацию движений, глазомер. |
| | 20 | Продолжать отбатывать навык ходьбы с изменением направления; бег враспынную; учить детей метать мяч в горизонтальную цель; развивать точность движений, глазомер. |
| | 21 | Создать детям праздничное настроение; развивать у детей желание играть в различные игры с мячом; Учить играть вместе, дружно. Развлечение «Праздник мячей» |
| | 22 | Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два; повторить пролезание через обруч; упражнять в равновесии и прыжках; развивать ловкость и быстроту реакции. |
| | 23 | Учить детей переползать на четвереньках через препятствия; упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке с поворотом на середине скамейки; упражнять детей в умении сохранять равновесие; развивать координацию движений, внимание. Веселый тренинг «Стойкий оловянный солдатик» |
| | 24 | Учить детей перебрасывать мяч друг другу различными способами; упражнять в ведении мяча ногой между предметами, в прыжках с гимнастической скамейки; учить детей четко выполнять правила игр. |
| ноябрь | 25 | Продолжать отбатывать навык ходьбы с высоким подниманием колена, бег враспынную, разучить перекалывание мяча из одной руки в другую; развивать ловкость, координацию движений. |
| | 26 | Учить сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; разучить прыжки на одной ноге; продолжать учить перебрасывать мяч друг другу различными способами. |
| | 27 | Учить детей бросать мяч точно в руки партнера; останавливать мяч ногой; упражнять в пролезании через обруч. Отбатывать бег широким шагом. |
| | 28 | Повторить ходьбу с изменением направления движения; отбатывать бег между предметами; упражнять в прыжках на одной ноге; в ползании на животе по гимнастической скамейке; развивать внимание, быстроту реакции, ловкость движений. |
| | 29 | Упражнять в прыжках на одной ноге, в ползании на четвереньках, подгалкивая головой набивной мяч; продолжать учить отбивать мяч об пол, продвигаясь вперед. Веселый тренинг «Лодочка» |

| | | |
|---------|----|---|
| | 30 | Учить детей перебрасывать друг другу мяч, делая шаг вперед, попадать мячом в кеглю после удара ногой; упражнять в лазанье по гимнастической стенке, в беге с увертыванием. |
| | 31 | Учить детей бегу с изменением темпа; упражнять в ходьбе между предметами; повторить ведение мяча в ходьбе; упражнять в пролезании в обруч с мячом в руках, сохраняя равновесие. |
| | 32 | Упражнять в беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в противоположную сторону, в равновесии, в прыжках; закрепить умение ползать по гимнастической скамейке на животе. |
| | 33 | Закрепить с детьми зимние виды спорта; поощрять желание детей заниматься спортом. Развивать у детей силу, ловкость, умение действовать в команде. Создавать детям радостное настроение. Развлечение «Мы спортом занимаемся зимой» |
| | 34 | Учить детей вести мяч в ходьбе на расстоянии 6 метров; упражнять в ползании на четвереньках, опираясь на предплечье и колени, в ходьбе на носках, руки за головой между набивными мячами. |
| | 35 | Продолжать отбатывать навик ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу инструктора; упражнять в подлезании под шнур боком; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. |
| | 36 | Учить детей принимать стойку баскетболиста; упражнять в лазании по гимнастической стенке, перелезая с пролета на пролет. Отбатывать прыжки в высоту с небольшого разбега. |
| декабрь | 37 | Упражнять детей в беге в колонне по одному с сохранением дистанции; в беге между предметами; отбатывать прыжки через препятствия; продолжать учить детей перебрасывать мяч друг другу. Развивать ловкость, координацию движений. |
| | 38 | Упражнять в ходьбе по скамейке боком; отбатывать прыжки-перепрыгивания через шнур, справа и слева от него, перелезаясь вперед; учить перебрасывать мяч двумя руками из-за головы. Развивать внимание, ловкость, глазомер. |
| | 39 | Упражнять детей в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки, упражнять в беге с увертыванием. Развивать силу, ловкость, выносливость. |
| | 40 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону, разучить прыжки с ноги на ногу; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями; учить прокатывать мяч в прямом направлении. Развивать внимание, ловкость, глазомер. |
| | 41 | Продолжать упражнять детей в беге по кругу, сохраняя определенную дистанцию, отбатывать прыжки на одной ножке до обозначенного места; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями. Развивать силу, выносливость. |
| | 42 | Учить детей надевать и снимать лыжи; ходить переменным шагом. Развивать силу, ловкость, выносливость. |
| | 43 | Упражнять в ходьбе и беге враспынную; закрепить умение ловить мяч; развивать ловкость и глазомер; продолжать упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке. Веселый тренинг «Катание на морском коньке» |
| | 44 | Упражнять в перебрасывании мяча друг другу с расстояния 3 метров; учить ползать с мешочком на голове; Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе боком по гимнастической скамейке. |
| | 45 | Создать у детей веселое настроение; упражнять в беге и прыжках. Учить детей болеть за своего товарища, действовать сообща; развивать ловкость, внимание, глазомер. Спортивный праздник «Заколдованный» |
| | 46 | Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках на двух ногах, с зажатым между колен мячом; формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; развивать ловкость и глазомер. |
| | 47 | Упражнять в лазании по гимнастической лестнице не пропуская реек; в равновесии при ходьбе боком по гимнастической скамейке; в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. |

| | | |
|---------|----|---|
| | 48 | Продолжать учить детей ходить на лыжах переменным шагом, делать повороты на месте, переступая влево и вправо. Развивать силу, ловкость выносливость. |
| январь | 49 | Учить детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Отрабатывать прыжки с ноги на ногу. |
| | 50 | Упражнять в ходьбе по наклонной доске, балансируя руками; в прыжках на двух ногах через набивные мячи; в перебрасывании мяча друг другу. Развивать ловкость, глазомер, умение рассчитывать силу броска. |
| | 51 | Упражнять детей в метании снежков в вертикальную цель. В ходьбе на лыжах переменным шагом; развивать у детей координацию движений, глазомер. |
| | 52 | Учить детей ползать на четвереньках под дугами, через скамейки; в ползании и подлезании под веревку с закрытыми глазами. Развивать смелость, выносливость, Умение ориентироваться с закрытыми глазами. |
| | 53 | Закрепить умение перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; Упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы, развивать равновесие. |
| | 54 | Продолжать учить детей ходить на лыжах переменным шагом; взбираться на небольшую горку лесенкой и спускаться с нее. Развивать силу, выносливость, умение сохранять равновесие. |
| | 55 | Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч, сохраняя равновесие; развивать ловкость, умение ориентироваться в пространстве. |
| | 56 | Упражнять в пролезании в обруч; в равновесии, в прыжках; продолжать учить лезанию по гимнастической лестнице, не пропуская реек; развивать силу, ловкость, координацию движений. |
| | 57 | Создать у детей веселое настроение; упражнять в беге и прыжках. Учить детей болеть за своего товарища, действовать сообща; развивать ловкость, внимание, глазомер. Игра- аттракцион «Мы мороза не боимся» |
| | 58 | Учить перебрасывать мяч друг другу и ловить его после отскока от пола; упражнять в пролезании в обруч правым и левым боком, не касаясь руками пола, отрабатывать ходьбу с перешагиванием через набивные мячи. |
| | 59 | Упражнять в ходьбе и беге враспынную; закрепить умение ловить мяч; развивать ловкость и глазомер; продолжать упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке. Веселый тренинг «Паровозик» |
| | 60 | Продолжать учить детей ходить на лыжах; взбираться на горку елочкой, сохраняя при этом равновесие; упражнять в метании снежков на дальность. Развивать силу, выносливость. |
| февраль | 61 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе на носках и на пятках; ходьбе со сменой направления. Отрабатывать ведение мяча ногой; развивать точность движений; умение рассчитывать силу удара мячом. |
| | 62 | Разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями; отработывать подбрасывание и ловлю мяча. |
| | 63 | Учить детей ходить на лыжах переменным шагом; спускаться с горки на полусогнутых ногах; упражнять в перешагивании через препятствия (снежные валуны), сохраняя равновесие. |
| | 64 | Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закрепить умение бросать и ловить мяч; ползание по гимнастической скамейке на животе, сохраняя равновесие. Развивать ловкость, координацию движений. |
| | 65 | Учить перебрасывать мяч друг другу стоя в шеренгах; продолжать упражнять в ползании на животе по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Развивать выносливость, глазомер. |
| | 66 | Упражнять в ходьбе на лыжах переменным шагом; учить обходить «змейкой» палки; отрабатывать метание снежка в цель. Развивать у детей силу, ловкость, глазомер. |

| | | |
|--------|----|--|
| | 67 | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную. Учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии, в прыжках на двух ногах, с продвижением вперед. |
| | 68 | Учить детей лазанию по гимнастической стенке, шагающим шагом; упражнять в прыжках вверх как можно выше, приземляясь на полусогнутые ноги. Развивать у детей силу отталкивания. Веселый тренинг «Ракета» |
| | 69 | Упражнять в ходьбе переменным шагом, подниматься на горку и съезжать на полусогнутых ногах на лыжах. Развивать смелость, выносливость, умение сохранять равновесие. |
| | 70 | Учить детей лазанию по гимнастической стенке до верха, не пропуская реек; в ходьбе по гимнастической скамейке, перепадывая через кубики; отрабатывать прыжки на одной ножке. |
| | 71 | Упражнять детей ходить и бегать между предметами не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонно доске. |
| | 72 | Спортивно-театрализованное представление «Масленица-широкая». Создать у детей веселое настроение; упражнять в беге и прыжках. Учить детей бегать за своего товарища, действовать сообща; развивать ловкость, внимание, глазомер. Побуждать у детей интерес к народным играм. |
| март | 73 | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному с поворотом в другую сторону на сигнал инструктора; разучить ходьбу по шнуру с мешочком на голове; развивать у детей ловкость, координацию движений. |
| | 74 | Закреплять умение подниматься по гимнастической стенке, не пропуская реек; учить лазать по веревочной лестнице; упражнять в сохранении равновесия. Развивать смелость, ловкость, быстроту реакции. |
| | 75 | Учить перебрасывать мяч друг другу в движении; упражнять в прыжках через короткую скакалку; развивать ловкость, смелость, умение ориентироваться в пространстве. |
| | 76 | Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и враспынную; учить перебрасывать мяч друг другу и ловить его после отскока от пола; упражнять в ползании на четвереньках. Веселый тренинг «Крокодил» |
| | 77 | Упражнять в ходьбе в колонне по одному с перестроением в пары и обратно; в ползании под шнур правым и левым боком; отрабатывать прыжки через скакалку. |
| | 78 | Учить детей вести мяч, отбивая его о землю; продолжать учить детей прыгать через короткую скакалку. Развивать ловкость движений в беге с увертыванием. |
| | 79 | Закреплять умение метать в горизонтальную цель; упражнять в перекалывании набивного мяча в парах; отрабатывать прыжки через короткую скакалку. Развивать ловкость и легкость в прыжках. |
| | 80 | Спортивно-театрализованное представление « На цирковой арене» Создать у детей веселое настроение; упражнять в беге и прыжках. Учить детей бегать за своего товарища, действовать сообща; развивать ловкость, внимание, глазомер. |
| | 81 | Учить детей бросать мяч в баскетбольный щит; упражнять в лазании по гимнастической стенке, не пропуская реек. Развивать у детей умение четко выполнять поставленную задачу, уметь замечать свои ошибки и ошибки своего товарища. |
| | 82 | Упражнять в ходьбе в колонне по одному с разворотом в противоположную сторону по сигналу инструктора, в ходьбе по канату с мешочком на голове, сохраняя равновесие; разучить прыжки в высоту с разбега. |
| | 83 | Продолжать отрабатывать прыжки в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель с расстояния 3,5 метров; упражнять в прыжках на двух ногах между кеглями. |
| | 84 | Продолжать учить бросать мяч в баскетбольный щит методом «от груди» двумя руками; упражнять в прыжках через короткую скакалку. Развивать ловкость, выносливость. |
| апрель | 85 | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке приставным шагом, с мешочком |

| | |
|-----|---|
| | на голове; упражнять в прыжках на двух ногах с продвижением вперед. Развивать ловкость, координацию движений. |
| 86 | Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной; отработывать прыжки на двух ногах боком. |
| 87 | Продолжать учить детей бросать мяч в корзину; передавать мяч ногами друг другу; отработывать лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом. Развивать силу, ловкость, координацию движений. |
| 88 | Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках через короткую скакалку; отработывать бросок мяча друг другу и ловлю его после отскока от пола. Учить рассчитывать силу броска, развивать глазомер. |
| 89 | Продолжать учить детей прыгать через короткую скакалку на месте и с продвижением вперед; разучить прокатывание обруча друг другу. Развивать у детей глазомер, ловкость, координацию движений. |
| 90 | Веселая эстафета. Создать детям веселое настроение. Закрепить умение выполнять основные виды движений осознанно, быстро и ловко. Учить понимать цель эстафет. |
| 91 | Упражнять в ходьбе и беге; в прыжках на одной ножке с продвижением вперед; в метании в горизонтальную цель; закреплять умение сохранять устойчивое положение при ходьбе по наклонной плоскости. |
| 92 | Продолжать учить детей прыгать через скакалку; упражнять в лазании по веревочной лестнице; проползать на четвереньках через тоннель; ползать на четвереньках между кеглями, не задывая их. Веселый тренинг «Гусеница» |
| 93 | Продолжать учить бросать мяч в корзину; передавать мяч друг другу ногами в движении, продвигаясь вперед; отработывать прыжки с ноги на ногу через предметы. Развивать силу, ловкость, быстроту реакции. |
| 94 | Продолжать учить детей прыгать через скакалку на месте и с продвижением вперед; прокатывать обруч друг другу; упражнять в пролезании в обруч левым и правым боком, не задывая его. |
| 95 | Продолжать учить детей перестраиваться при ходьбе из колонны по одному в колонну по двое; отработывать отбивание мяча о землю на месте и с продвижением вперед. Развивать у детей стремление выполнять задание четко и правильно. |
| 96 | Учить детей бросать мяч одной рукой от плеча; упражнять в лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа; совершенствовать навыки бега между предметами. Развивать выносливость, силу воли. |
| май | 97 Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч, сохраняя равновесие; развивать ловкость, умение ориентироваться в пространстве. |
| 98 | Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закрепить умение бросать и ловить мяч; ползание по гимнастической скамейке на животе, сохраняя равновесие. Развивать ловкость, координацию движений. |
| 99 | Учить детей вести мяч, отбивая его о землю; продолжать учить детей прыгать через короткую скакалку. Развивать ловкость движений в беге с увертыванием. |
| 100 | Закреплять умение перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы, развивать равновесие. |
| 101 | Упражнять детей в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки, упражнять в беге с увертыванием. Развивать силу, ловкость, выносливость. Веселый тренинг «Экскаватор» |
| 102 | Учить детей подбивать волан ракеткой в игре в бадминтон; упражнять в ловле мяча после броска о землю. Развивать у детей ловкость, быстроту реакции, четко выполнять правила игры. |
| 103 | Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч, сохраняя равновесие; развивать ловкость, умение ориентироваться в пространстве. |
| 104 | Продолжать учить детей прыгать через скакалку на месте и с продвижением вперед; прокатывать обруч друг другу; |

| | |
|-----|--|
| | упражнять в пролезании в обруч левым и правым боком, не задевая его. |
| 105 | Учить детей бросать мяч в баскетбольный щит; упражнять в лазании по гимнастической стенке, не пропуская реек. Развивать у детей умение четко выполнять поставленную задачу, уметь замечать свои ошибки и ошибки своего товарища. |
| 106 | Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках через короткую скакалку; отрабатывать бросок мяча друг другу и ловлю его после отскока от пола. Учить рассчитывать силу броска, развивать глазомер. |
| 107 | Закреплять умение перебрасывать мяч в парах разными способами, влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в перепрыгивании через шнуры на двух ногах без паузы, развивать равновесие. |
| 108 | Создать у детей веселое настроение; упражнять в беге и прыжках. Учить детей болеть за своего товарища, действовать сообща; развивать ловкость, внимание, глазомер. Спортивная- «Лето красное пришло» |

4. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

4.1. Материально-техническое обеспечение Программы Специализированные учебные помещения и участки

| № | Наименование и принадлежность помещения | Площадь (кв.м.) |
|----|---|-----------------|
| 1. | Физкультурный зал | 63,3 |
| 3. | Спортивная площадка «Футбол» | 180 |
| 4. | Теннисный корт | 220 |
| 6. | Спортивные уголки на группах | 11/1 |

4.2. Методическое обеспечение

| Автор | Название | Издание |
|-------------------|--|------------------------------|
| Глазырина Л.Д. | Физическая культура – дошкольникам | М.:«ВЛАДОС», 1999 г. |
| Л.Д. Глазырина | Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст. | М.: «ВЛАДОС», 2001 г. |
| Е.И. Подольская | Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия. | Волгоград: Учитель, 2012 г. |
| Е.И. Подольская | Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет | Волгоград: Учитель, 2009 г. |
| Е.И. Подольская. | Сценарий спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет | Волгоград : Учитель, 2009 г. |
| Е. И. Подольская. | Необычные физкультурные занятия для дошкольников | Волгоград : Учитель, 2011г. |
| Утробина, К.К. | Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет | М.: ГНОМ и Д, 2004 г. |

Спортивное оборудование физкультурного зала

| № | наименование | количество | № | наименование | количество |
|----|-------------------------|------------|----|--------------------------|------------|
| 1 | скамейка гимнастическая | 8 | 13 | дуги для подлезания | 2 |
| 2 | гимнастическая стенка | 2 | 14 | баскетбольное кольцо | 2 |
| 3 | ребристая доска | 2 | 15 | канаты | 4 |
| 4 | кольцегрос | 1 | 16 | мешочки с песком 200 гр. | 30 |
| 5 | обручи большие | 30 | 17 | ленты цветные | 20 |
| 6 | обручи малые | 30 | 18 | кегли | 40 |
| 7 | скакалки | 30 | 19 | мат малый | 4 |
| 8 | мячи большие | 40 | 20 | мягкие модули | 2 |
| 9 | мячи средние | 20 | 21 | теннисные ракетки | 12 |
| 10 | мячи малые | 30 | 22 | футбольные ворота | 2 |
| 11 | набивные мячи | 20 | 23 | тоннель | 4 |
| 12 | гимнастические палки | 30 | 24 | тачки для эстафет | 2 |

4.3. Средства обучения и воспитания

| № | наименование | количество |
|---|-------------------------------------|------------|
| 1 | картотека к основным видам движений | 2 |
| 2 | картотека подвижных игр | 2 |
| 3 | картотека утренней гимнастики | 2 |
| 4 | атрибуты к подвижным играм | в наличии |