

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №279»
(МАДОУ «Детский сад №279»)

02. ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

ДЕЛО № 02-07

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №279»

Начато: 01.09.2022

Окончено:

Хранить: Постоянно
ст.710-а ТП

г. Барнаул

Криворученко
Оксана
Николаевна

Подписано цифровой подписью:
Криворученко
Оксана Николаевна
Дата: 2022.08.26 15:11:28 +07'00'

ПРИНЯТО
Педагогический совет
Протокол №1 от 24.08.2022



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад №279»
26.08.2022 № 46/2
О.Н. Криворученко

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №279»
(от 2 до 7 лет)
на 2022/2023 учебный год

Разработчик: инструктор по
физической культуре
Золотых М.И.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ		4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цели и задачи реализации Программы. Обязательная часть. Часть программы, реализуемая участниками образовательных отношений	4
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы. Обязательная часть. Часть программы, реализуемая участниками образовательных отношений	4
1.4.	Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей от 2 до 7 лет	5
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы. Обязательная часть. Часть программы, реализуемая участниками образовательных отношений	6
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		8
2.1.	Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие». Обязательная часть. Часть программы, реализуемая участниками образовательных отношений	8
2.2.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов	9
2.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	14
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	15
2.5.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	15
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ		17
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	17
3.2.	Методическое обеспечение Программы. Средствами обучения и воспитания	18
3.3.	Проектирование образовательного процесса	19
3.4.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	22
3.5.	Особенности организация развивающей предметно-пространственной среды	22
4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		23
4.1.	Краткая презентация Программы	23
4.2.	Лист изменений и дополнений	25
ПРИЛОЖЕНИЕ		26

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по образовательной области «Физическая культура» (далее – Программа) составлена на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №279» (далее – МАДОУ), разработанной с учетом инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорфеевой и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 2-7 лет, образовательной программы дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет / научный руководитель И.А. Лыкова; под общей редакцией Т.В. Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2021. – 160 с. (3-е дополненное издание)

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура. Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в МАДОУ, возрастных особенностей воспитанников, с учетом требований ФГОС ДО.

Система работы по физическому развитию включает в себя три направления:

- с воспитанниками;
- с родителями (законными представителями);
- с педагогами МАДОУ.

Рабочая программа структурирована в соответствии с требованиями ФГОС ДО и содержит три основных раздела: целевой, содержательный и организационный.

Программа реализуется в течение 1 учебного года на государственном языке РФ - русском языке.

1.2. Цели и задачи реализации Программы

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **цели**: создание системы полноценного физического развития и здоровья детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. охрана и укрепление здоровья воспитанников;
2. формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
3. создание условий для реализации потребности воспитанников в двигательной активности;
4. воспитание потребности в здоровом образе жизни;
5. обеспечение физического и психического благополучия.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

В основе реализации рабочей программы лежит культурно- исторический и системно - деятельностный подходы к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС ДО, которые предполагают следующие принципы дошкольного образования:

1. сохранения уникальности и самоценности дошкольного детства как важного этапа в общем развитии человека;
2. полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и

дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;

3. индивидуализация дошкольного образования (в том числе одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);

4. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

6. партнерство 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 (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

10. обеспечение преемственности дошкольного и начального общего образования.

Подробнее с принципами и положениями можно ознакомиться в программе *ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд., доп. -М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2021. на с. 24-25*

1.4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей от 2 до 7 лет

Знания возрастных особенностей развития ребенка поможет подобрать физические упражнения, закаливающие процедуры, следить за физическим и психическим развитием детей. Организм дошкольника интенсивно развивается. На протяжении первых семи лет жизни не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции.

Основными показателями физического развития ребенка являются рост, масса тела и окружность грудной клетки. Зная эти показатели, можно сравнить данные физического развития детей, конкретного ребенка в группе со средними показателями развития детей соответствующего возраста. Чтобы обеспечить нормальное физическое развитие ребенка, дать ему необходимую нагрузку на физкультурных занятиях необходимо учитывать и анатомические особенности организма ребенка. Особенности движений детей, их координационные возможности от возраста к возрасту значительно изменяются, что существенно влияет на организацию занятий по физической культуре.

Подробнее с характерными особенностями развития детей раннего и дошкольного возраста можно ознакомиться в программах:

Образовательная программа дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет / научный руководитель И.А. Лыкова; под общей редакцией Т.В. Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2021. – 160 с. (3-е дополненное издание)

- детей третьего года жизни – с. 17-20.

ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд., доп. -М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2021. -368 с.

- детей 3-4 лет – с. 162-164;

– детей 4-5 лет – с. 196-198;

– детей 5-6 лет – с. 237-239;

– детей 6-7 лет – с. 284-286.

Возрастные особенности детей-инвалидов

Характеристика особенностей развития детей с нарушениями

опорно - двигательного аппарата

Дети данной категории нуждаются в психологической поддержке и соблюдения щадящего индивидуального двигательного режима. Они отличаются повышенной чувствительностью к различным раздражителям, эмоциональной возбудимостью, истощаемостью, часто заторможенностью в поведении, которая проявляется в виде пугливости, страха перед всем новым, неуверенности в своих силах. Важно учитывать возникающие ситуационные конфликтные переживания в связи с неудовлетворением их потребностями.

Все дети с нарушениями опорно - двигательного аппарата (далее – НОДА) нуждаются в совокупности психолого-педагогических мероприятий, учитывающих особенности развития этих детей на разных возрастных этапах и направленных на их адаптацию в образовательное пространство. Особые образовательные потребности у детей с НОДА задаются спецификой двигательных нарушений, а также спецификой нарушения психического развития, и определяют особую логику учебного процесса, находят своё отражение в структуре и содержании образования.

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

Образовательная область «Физическое развитие» включает 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 наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); 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.

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

– С удовольствием двигается - ходит, бегает в разных направлениях, стремится самостоятельно осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание, ходьба по лестнице и пр.);

– Пытается использовать приобретенные двигательные навыки в новых предлагаемых условиях (преодоление препятствий, расстояний в изменившихся условиях).

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Физическая культура

- Действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.
- Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
- Ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину места на

40 см и более.

- Пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни:

- Пользе закаливания.
- Представления о пользе утренней зарядке, физических упражнений.

Физическая культура

- Принимать правильное исходное положение при метании; метать предметы разными способами правой и левой рукой.
- Отбивать мяч о землю (пол) 5 раз подряд и более.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Самостоятельно скользить по ледяным дорожкам (длина 5 м).
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
- Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.
- Выполняя упражнения, демонстрировать выразительность, грациозность, пластичность движений.
- Проявлять выраженный интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.
- Пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- Элементарные представления о ценности здоровья, начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

- Представления о пользе закаливания, утренней зарядке, физических упражнений.

Физическая культура

- Выполнять ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 метра, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеть школой мяча.
- Выполнять упражнение на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать зальжами.
- Кататься на самокате.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки,

бадминтон, футбол, хоккей.

- Участвовать в подвижных играх и физических упражнениях.
- Участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- Пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- Элементарные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма, о важности соблюдения режима дня, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье), потребность в двигательной активности, полезные привычки.

Физическая культура

К концу года дети могут:

- Правильно выполнять все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега - 180 см; в высоту с разбега - не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги послерасчета на "первый-второй", соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следить за правильной осанкой.
- Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.
- Участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей настольный теннис).

Система оценки результатов освоения Программы

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей по образовательной области «Физическое развитие». Такая оценка производится инструктором по физической культуре в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»

Физическое развитие включает 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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта. Овладение подвижными играми с правилами; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Подробнее с содержанием психолого-педагогической работы в рамках образовательной области «Физическое развитие» (Обязательная часть) в конкретных возрастных группах можно ознакомиться в инновационной образовательной программе дошкольного образования

«От рождения до школы» / под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой – 6-е изд., доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 368с.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) *стр. 143-145*
- младшая группа (от 3 до 4 лет) *стр. 186-187*
- средняя группа (от 4 до 5 лет) *стр. 224-226*
- старшая группа (от 5 до 6 лет) *стр. 270-272*
- подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет) *стр. 318- 320*

Физическая культура

Перечень основных движений, подвижных игр и упражнения

представлен в инновационной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой – издание 6– е, доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. –368с.

- вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет) *стр. 145-146*
- младшая группа (от 3 до 4 лет) *стр. 187- 189*
- средняя группа (от 4 до 5 лет) *стр. 226- 228*
- старшая группа (от 5 до 6 лет) *страницы 272- 275*
- подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет) *стр. 320-323*

2.2. Описание вариативных форм, способов и методов реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов

Формы, методы и средства реализации рабочей программы в соответствии с возрастом воспитанников

Формы	Методы	Средства
Вторая группа раннего возраста (2-3 лет) и младшая группа (3-4 лет)		

<ul style="list-style-type: none"> - Занятия по физическому развитию - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями) - Досуги - Спортивные игры - Подвижные игры - Утренняя гимнастика - Гимнастика после дневного сна - Физкультминутки - Пальчиковая гимнастика - Гимнастика для глаз - Дыхательные упражнения - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников - Закаливание - Прогулки 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный метод: показ упражнений (взрослым); использование пособий, зрительных ориентиров - Имитация. - Словесный метод - Метод объяснения, пояснения, указания - Беседа - Практический метод - Повторение упражнений - Выполнение упражнений в игровой форме 	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) - Пособия, атрибуты для подвижных игр - Спортивный инвентарь - Музыкальное сопровождение - Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература
Средняя группа (4-5 лет)		
<ul style="list-style-type: none"> - Занятия по физическому развитию - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями) - Досуги - Спортивные игры - Подвижные игры - Утренняя гимнастика - Гимнастика после дневного сна - Физкультминутки - Пальчиковая гимнастика - Гимнастика для глаз - Дыхательные упражнения - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников - Закаливание - Прогулки 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный Методист: показ упражнений (взрослым и ребенком); использование пособий, зрительных ориентиров. - Имитация. - Словесный метод - Метод объяснения, пояснения, указания - Беседа - Практический метод - Повторение упражнений - Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме 	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) - Пособия, атрибуты для подвижных игр - Спортивный инвентарь - Музыкальное сопровождение - Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература
Старшая группа (5-6 лет)		

<ul style="list-style-type: none"> - Занятия по физическому развитию - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями) - Досуги - Спортивные игры - Подвижные игры - Утренняя гимнастика - Гимнастика после дневного сна - Физкультминутки - Пальчиковая гимнастика - Гимнастика для глаз - Дыхательные упражнения - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников - Закаливание - Прогулки 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный метод: Показ упражнений (взрослым и ребенком); использование моделей, пособий, зрительных ориентиров - Имитация. - Словесный метод - Метод объяснения, пояснения, указания - Беседа - Практический метод - Повторение упражнений - Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме 	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) - Пособия, атрибуты для подвижных игр - Спортивный инвентарь - Музыкальное сопровождение - Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература
<p>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> - Занятия по физическому развитию - Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями) - Досуги - Спортивные игры - Подвижные игры - Утренняя гимнастика - Гимнастика после дневного сна - Физкультминутки - Пальчиковая гимнастика - Гимнастика для глаз - Дыхательные упражнения - Самостоятельная Двигательная деятельность воспитанников - Закаливание - Прогулки 	<ul style="list-style-type: none"> - Наглядный метод: показ упражнений (взрослым и ребенком); использование моделей, пособий, зрительных ориентиров - Имитация. - Словесный метод - Метод объяснения, пояснения, указания - Беседа - Практический метод - Повторение упражнений - Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме 	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) - Пособия, атрибуты для подвижных игр - Спортивный инвентарь - Музыкальное сопровождение - Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература

Способы организации воспитанников при выполнении физкультурных упражнений, отработке основных видов движений

Способы	Содержание
<i>Первая и вторая группы раннего возраста (1,6-3 года)</i>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение разучивая его.
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (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
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах.
Индивидуальный	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.
<i>Младшая группа (3-4 года)</i>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (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
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	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.
<i>Средняя группа (4-5 лет)</i>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом

Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки спродвижением 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.
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	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.
<i>Старшая группа (5-6 лет)</i>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки спродвижением 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
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	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.
<i>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</i>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки спродвижением 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.
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный	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.
----------------	--

Структура физкультурной организованной образовательной деятельности состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями.

Вводная часть (1/6 часть занятия), обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть (4/6 части занятия, самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть (1/6 часть занятия), выравнивает функциональное состояние организма детей. В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

Описание образовательной деятельности с ребенком - инвалидом

Среднюю и старшую группы посещают по 1 ребенку-инвалиду с нарушением опорно-двигательного аппарата. Для создания условий развития воспитанника, открывающих возможности для позитивной социализации, всестороннего личностного развития, инициативы и творческих способностей на основе взаимодействия со взрослыми и сверстниками в соответствующих дошкольному возрасту видах деятельности, организовано психолого-педагогическое сопровождение, снижена физическая нагрузка.

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательный процесс проводится как всей группой, так и по подгруппам, с учетом индивидуальных особенностей детей.

Реализация содержания образовательных областей осуществляется в процессе:

- а) организованной образовательной деятельности;
- б) совместной деятельности в режимных моментах;
- в) самостоятельной деятельности, освоения культурных практик.

Культурные практики, представляют собой разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни; обеспечивают активную и продуктивную образовательную деятельность ребенка. Они включают обычные для него (привычные, повседневные) способы самоопределения и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и события с окружающими и поэтому обеспечивают реализацию универсальных

культурных умений ребенка. Такие умения интенсивно формируются в период дошкольного детства, а затем «достраиваются» и совершенствуются в течение всей последующей жизни - исследовательские, коммуникативные, художественные, организационные, образовательные, проектные. Они включают готовность и способность ребенка действовать во всех обстоятельствах жизни и деятельности на основе культурных норм и выражают: содержание, качество и направленность его действий и поступков; индивидуальные особенности его действий; принятие общезначимых культурных образцов деятельности и поведения.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Один из основных принципов дошкольного образования является поддержка инициативы детей в различных видах деятельности. Задача инструктора по физической культуре заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть и выполнять двигательные действия:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности;
- создание условий для свободного выбора участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективная помощь детям, поддержка детской инициативы и самостоятельности на занятиях по физической культуре.
- создание ситуации успеха.

<i>Основные формы поддержки инициативы</i>	<i>Условия для проявления и поддержки инициативы</i>
<ul style="list-style-type: none"> - Физкультурное занятие, - Утренняя гимнастика, - Подвижные игры, - Физкультурные паузы, - Самостоятельная двигательная деятельность, - Досуги, развлечения 	<ul style="list-style-type: none"> - Уголок двигательной активности и физического здоровья - Двигательное пространство в группе организовано в безопасном для детей месте, в шаговой доступности от спортивного уголка. - Спортивное оборудование разнообразно по своему содержанию. - Спортивный инвентарь подобран с учетом индивидуальных особенностей и интересов детей группы

Воспитанникам предоставляется возможность принимать участие в районных или городских спортивных соревнованиях «Веселые старты», «Папа, мама и я – спортивная семья!», в конкурсах по правилам дорожного движения и пожарной безопасности. Для успешности воспитанников организуются различные спортивные соревнования, эстафеты и досуги.

2.5. Особенности взаимодействия педагогов с семьями воспитанников

Взаимодействие инструктора по физической культуре с участниками образовательных отношений

Участники образовательных отношений	Формы взаимодействия

Родители (законные представители) воспитанников	Консультирование, привлечение к участию в подготовке досугов, «Недели здоровья». Проведение совместных досугов и групповых праздников. Привлечение в оказании помощи для участия в конкурсах, выставках. Мастер-класс. Родительские собрания.
Музыкальный руководитель	Проведение совместных досугов (праздников) и развлечений. Подбор музыкального сопровождения для занятий по физической культуре.
Воспитатели	Организация уголков двигательной активности в группах. Консультирование. Подготовка совместных мероприятий.

Организуя взаимодействие с семьями воспитанников по вопросам оздоровления детей используются следующие формы:

- наглядные мини-центры для родителей, папки передвижки, консультации специалистов;
- анкетирование - этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество форм взаимодействия с родителями;
- нетрадиционные формы (мастер-классы, устный журнал, круглый стол и др.). Использование нетрадиционных форм позволяет в оживленной, интересной беседе с родителями обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы специалистов, высказывать свое мнение;
- конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей;
- в течение года проводятся спортивные мероприятия. Основная их цель – помочь каждому ребенку ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Мероприятия по взаимодействию с семьей:

<i>Месяц</i>	<i>Форма работы</i>
Сентябрь	<i>Участие в групповых родительских собраниях</i>
	<i>Консультация «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»</i>
Октябрь	<i>Консультация для родителей для второй младшей группы: «Зарядка – это весело»</i>
	<i>Консультация для родителей средней группы: «Здоровье детей осенью»</i>
	<i>Консультация для родителей для старшей и подготовительной групп: «Укрепление здоровья детей»</i>
Ноябрь	<i>Участие в групповых родительских собраниях «Игры на свежем воздухе в холодное время года»</i>
	<i>Консультация «Как выбрать вид спорта для ребенка»</i>
	<i>Привлечение родителей к участию в «Неделе здоровья»</i>
Декабрь	<i>Консультация «Роль родителей в укреплении здоровья детей»</i>
Январь	<i>Консультация «Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей и детей»</i>

Февраль	<i>Привлечение участия родителей в развлечении</i>
	<i>Консультация для родителей «Мы солдаты – brave ребята»</i>
	<i>Консультация «Роль физических упражнений в развитии детей»</i>
Март	<i>Консультация «Здоровые стопы»</i>
Апрель	<i>Консультация «Значение игр, игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка»</i>
Май	<i>Консультация «Подвижные игры в летний период»</i>

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально – техническое обеспечение Программы

Используемое в спортивном зале МАДОУ оборудование безопасно, несет здоровьесберегающий аспект, эстетически привлекательно и способствует физическому развитию детей раннего и дошкольного возраста.

Оборудование соответствует возрасту и росту детей, обеспечивает максимальный для каждого возраста развивающий эффект, поддерживают интерес и инициативу дошкольников.

Технические средства реализации Программы

Вид помещения	Оснащение
Спортивный зал	Музыкальный центр, аудиозаписи Оборудование: гимнастические стенки - 4 шт, наклонная доска – 1 шт, гимнастические скамейки разного размера – 3 шт, бревно для гимнастики - 1 шт, круглое бревно - 1 шт, гимнастические маты – 3 шт, модульный набор из - 4 модулей для физических упражнений - 1 набор, модульного набора «детская горка» - 2 набора, батут каркасный с внешней сеткой - 1 шт, стойки для прыжков – 2 пары, дорожки препятствий – 3 шт, детские тренажеры: 2 велотренажера, беговая дорожка - 1, гребной тренажер - 1, мини-степпер - 1, тренажер бегущий по волнам -1. сетка для волейбола - 1 шт, футбольные ворота - 2 шт, стойки для прыжков - 2 пары, корзина баскетбольная с сеткой - 1 шт, мостик-качалка – 1 шт, мишень-щит для бросания мяча - 2 шт, корзины – сетки для метания мячей – 2 шт, спортивные мягкие туннели – 3 шт, конусы сигнальные - 12 шт, конусы с отверстиями - 4 шт,

3.2. Методическое обеспечение Программы. Средствами обучения и воспитания

Учебно-методический комплект Образовательная область «Физическое развитие». Обязательная часть.	
1.	Образовательная программа дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет / научный руководитель И.А. Лыкова; под общей редакцией Т.В. Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой. - М.: Издательский дом «Цветной мир», 2021. – 160 с. (3-е дополненное издание).
2.	ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6 – е изд., доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 368 с.
Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	
1.	Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. Физическое развитие детей третьего года жизни. Методическое пособие для реализации образовательной программы «Теремок» / под ред. И.А. Лыковой, Е.А. Сагайдачной. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2021. – 80 с. 2-е издание, дораб. и доп.
2.	Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для работы с детьми 2-3 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 64 с.
3.	Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей раннего возраста 2-3 года. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. – 48 с.
Младшая группа (3-4 года)	
1.	Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 3 – 4 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 88 с.
2.	Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для работы с детьми 3-4 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
3.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. - МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 40 с.
4.	Федорова С.Ю. Гимнастика после сна с детьми 3-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. – 72 с.
5.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 112 с.
6.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп.. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.
7.	Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. – 3-е изд., испр. и доп.. – М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 48 с.
Средняя группа (4-5лет)	
1.	Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 4 – 5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 96 с.
2.	Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для работы с детьми 4-5 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
3.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. - МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 40 с.
4.	Федорова С.Ю. Гимнастика после сна с детьми 3-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022. – 72 с.
5.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.
6.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп.. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.

7.	Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. – 3-е изд., испр. и доп. – М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 48 с.
Старшая группа (5-6лет)	
1.	Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 5 – 6 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 96 с.
2.	Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для работы с детьми 5-6 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
3.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. – 2-е изд., испр. и доп. - МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
4.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 192 с
5.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп.. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.
6.	Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. – 3-е изд., испр. и доп.. – М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 48 с.
Подготовительная к школе группа (6-7лет)	
1.	Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 6 – 7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 96 с.
2.	Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: Комплексы упражнений для работы с детьми 6-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
3.	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп. - МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 48 с.
4.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.
5.	Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – 2-е изд., испр. и доп.. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.
6.	Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. – 3-е изд., испр. и доп.. – М. МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2021. – 48 с.
Наглядно-дидактические пособия	
1.	Летние виды спорта. Плакат, МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019
2.	Карточки для занятий в детском саду серия «Расскажите детям» Емельянова Э., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2013: - Об олимпийских чемпионах; - Об олимпийских играх; - О зимних видах спорта.
3.	«Рассказы по картинкам» МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018: - Летние виды спорта, - Зимние виды спорта, - Распорядок дня
4.	«Мир в картинках» МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017: - Спортивный инвентарь

3.3. Проектирование образовательного процесса

Программа, опираясь на образовательную программу дошкольного образования МАДОУ, предполагает проведение занятий 2 раза в неделю с детьми от 2 до 3 лет (2 раза в неделю в помещении), 3 раза в неделю с детьми от 3 до 7 лет (2 раза в неделю в помещении и 1 раз на прогулке) в соответствии с требованиями СанПиН:

вторая группа раннего возраста (2-3 лет) – 2 раза в неделю по 10 мин;

младшая группа (3-4 лет) - 3 раза в неделю по 15 мин;
 средняя группа (4-5 лет) - 3 раза в неделю по 20 мин;
 старшая группа (5-6 лет) - 3 раза в неделю по 25 мин;
 подготовительная к школе группа (6-7 лет) - 3 раза в неделю по 30 мин.
 Перерывы между занятиями – 10 минут.

Перспективное планирование представлено в Приложении.

Организация двигательного режима

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		3 – 4 года	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 -7 лет
Физкультура	а) в помещении	2 раза в неделю (10)	2 раза в неделю (15)	2 раза в неделю (20)	2 раза в неделю (20)	2 раза в неделю (30)
	б) на прогулке	-	1 раз в неделю (15)	1 раз в неделю (20)	1 раз в неделю (20)	1 раз в неделю (30)
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно (10)	Ежедневно (10)	Ежедневно (10)	Ежедневно (10)	Ежедневно (10)
	б) подвижные и спортивные игры упражнения на прогулке	Ежедневно, на каждой прогулке (по 10–15)	Ежедневно, на каждой прогулке (по 15–20)	Ежедневно, на каждой прогулке (по 20–25)	Ежедневно, на каждой прогулке (по 25–30)	Ежедневно, на каждой прогулке (по 30–40)
	в) закаливающие процедуры и гимнастика после сна	Ежедневно (10–15)	Ежедневно (15–20)	Ежедневно (15–20)	Ежедневно (15–20)	Ежедневно (15–20)
	г) физкультминутки (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц (15)	1 раз в месяц (20)	1 раз в месяц (20)	1 раз в месяц (30)	1 раз в месяц (40)
	б) физкультурный праздник	—	—	2 раза в год до 45 минут	2 раза в год до 60 минут	2 раза в год до 60 минут
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	а) самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
--	--	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

Годовой календарный учебный график на 2022/2023 учебный год

Режим работы	5 дней в неделю (понедельник – пятница) 10,5 часов (с 7.30 – 18.00)
Выходные дни	Суббота, воскресенье. Праздничные дни, установленные законодательством РФ
Продолжительность учебного года	01.09.2022 г. - 31.05.2023 г.
Продолжительность учебного периода, всего, в том числе:	37 недель
1 полугодие	17 недель
2 полугодие	20 недель
Продолжительность учебной недели	5 дней
Летний оздоровительный период	с 01.06.2023 по 31.08.2023

Учебный план на 2022/2023 учебный год

Направление	Базовый и формируемый вид деятельности	2-ая группа раннего возраста			Младшая группа			Средняя группа			Старшая группа			Подготовительная группа		
		Н	М	Г	Н	М	Г	Н	М	Г	Н	М	Г	Н	М	Г
Физическое развитие	Физическая культура в помещении	2	8	72	2	8	73	2	8	72	2	8	74	2	8	74
	Физическая культура на прогулке	-	-	-	1	4	37	1	4	37	1	4	36	1	4	36

Сокращения: Н – неделя, М – месяц, Г – год

Расписание занятий на 2022/2023 учебный год

Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Вторая группа раннего возраста	9.00 – 09.10 (в помещении)	-	-	-	9.00 – 9.10 (в помещении)
Младшая группа	09.20 - 09.35 (в помещении)	-	09.00 – 09.15 (в помещении)	10.30 - 10.45 (на прогулке)	-
Средняя группа	09.45 – 10.05 (в помещении)	-	-	10.55 – 11.20 (на прогулке)	9.30 – 9.50 (в помещении)
Старшая группа	10.30 – 10.55 (на прогулке)	-	09.35 – 10.00 (в помещении)	15.50 - 16.15 (в помещении)	-
Подготовительная группа	11.05 – 11.35 (на прогулке)	-	10.20 – 10.50 (в помещении)	16.25 - 16.55 (в помещении)	-

3.4. Особенности традиционных событий, праздников и мероприятий

Традиция – это то, что перешло от одного поколения к другому, что унаследовано от предшествующих поколений. Традиции способствуют развитию чувства сопричастности сообществу людей, помогают ребенку освоить ценности коллектива, прогнозировать дальнейшие действия и события. Поэтому необходимо введение традиций в жизнедеятельность ДООУ. Каждая традиция решает определенные образовательные задачи и соответствует возрастным особенностям детей.

Спортивные досуги: Создание условий для самостоятельной деятельности детей, отдыха и получения новых впечатлений. Содержание досугов с использованием подвижных игр, соревнований, эстафет, катаний с детьми планируется педагогами (инструктором по физической культуре, воспитателями) исходя из комплексно – тематического планирования деятельности, событий в МАДОУ (тематическая «Неделя здоровья»), событий в стране. В спортивных досугах отражаются время года, тематика государственных праздников, праздников народного календаря.

Спортивные досуги и развлечения:		
Веселый стадион	Сентябрь	Игры
Верные друзья	Октябрь	Подвижные игры народов мира
Здоровье – наш друг	Ноябрь	Соревнования, игры на воздухе
Здравствуй, здравствуй, белый снег!	Декабрь	Катание на санках, игры-эстафеты
Зимние олимпийские игры	Январь	Эстафеты, игры-эстафеты
Масленица пришла	Февраль	Веселые старты
Весна красна	Март	Рисование солнышка на снегу, подвижные игры
Игры - забавы	Апрель	Игры
Мы – спортивная семья	Май	Соревнования
Неделя здоровья	Ноябрь	

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Основой реализации Программы является развивающая предметно-пространственная среда, необходимая для развития воспитанников в двигательной деятельности. Важнейшим показателем качества работы инструктора по физической культуре, фактором воспитания и развития воспитанников является грамотно организованная развивающая предметно-пространственная среда, которая оснащена всем необходимым для реализации Программы **инвентарем:**

карематы – 23 шт, мячи разных размеров - 90 шт, мячи для волейбола -3 шт, мячи для футбола -2 шт, мячи-прыгуны разного размера - 6 шт, массажеры-эспандеры кистевые - 7 шт, массажеры для стоп - 14 шт, массажные мячи - 25 шт, массажные мячи маленькие - 20 шт, мячи для массажа разных размеров – 23 шт, кольца массажные - 19 шт, массажные валики - 48 шт, подушки балансировочные – 2 шт, балансиры деревянные прямоугольные - 5 шт, дуги для подлезания разных размеров - 5 шт, обручи круглые разных размеров - 60 шт, плоские обручи разных размеров - 3 шт, гимнастические палки разных размеров - 26 шт, гимнастические палки деревянные - 30 шт, гантели - 25 шт, гири - 6 шт, мешочки для метания разной массы - 90 шт, скакалки - 35 шт, кирпичи - 18 шт, флажки - 58 шт, эстафетные палочки - 8 шт, кольцобросы: наклонный - 1 шт, одиночный с 3 кольцами – 5 шт, канат для перетягивания -1 шт, велосипеды - 2 шт, самокаты - 7 шт, машины толокары – 2 шт, массажная дорожка деревянная - 1 шт, координационные дорожки из дерева «Змейка-шагайка» - 1 шт, «Кочки – следочки» - 5 шт, деревянные ходунки-ходули - 7 шт, парные лыжи-шагайки - 6 шт, кегли - 20 шт, тележки - 2 шт, цветные кубики - 40 шт, набор «Юный

хоккеист» - 10 наборов, игра «Городки» - 2 шт, кубы-вкладыши - 4 шт, лыжи – 30 шт, атрибуты к подвижным играм.

4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Краткая презентация Программы

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее – Программа) составлена на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №279» (далее – МАДОУ), разработанной с учетом инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 2-7 лет, образовательной программы дошкольного образования «Теремок» для детей от двух месяцев до трех лет / научный руководитель И.А. Лыкова; под общей редакцией Т.В. Волосовец, И.Л. Кириллова, И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2021. – 160 с. (3-е дополненное издание)

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура. Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в МАДОУ, возрастных особенностей воспитанников, с учетом требований ФГОС ДО.

Система работы по физическому развитию включает в себя три направления:

- с воспитанниками;
- с родителями (законными представителями);
- с педагогами МАДОУ.

Рабочая программа структурирована в соответствии с требованиями ФГОС ДО и содержит три основных раздела: целевой, содержательный и организационный.

Программа реализуется в течение 1 учебного года на государственном языке РФ - русском языке.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **цели**: создание системы полноценного физического развития и здоровья детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. охрана и укрепление здоровья воспитанников;
2. формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
3. создание условий для реализации потребности воспитанников в двигательной активности;
4. воспитание потребности в здоровом образе жизни;
5. обеспечение физического и психического благополучия.

В основе реализации рабочей программы лежит культурно- исторический и системно - деятельностный подходы к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС ДО, которые предполагают следующие **принципы** дошкольного образования:

1. сохранения уникальности и самоценности дошкольного детства как важного этапа в общем развитии человека;
2. полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
3. индивидуализация дошкольного образования (в том числе одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
4. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
6. партнерство 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 (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
10. обеспечение преемственности дошкольного и начального общего образования.

Среднюю и старшую группы посещает по 1 ребенку-инвалиду с нарушением опорно-двигательного аппарата. Для создания условий развития воспитанника, открывающих возможности для позитивной социализации, всестороннего личностного развития, инициативы и творческих способностей на основе взаимодействия со взрослыми и сверстниками в соответствующих дошкольному возрасту видах деятельности, организовано психолого-педагогическое сопровождение, снижена физическая нагрузка.

Организуя **взаимодействие с семьями воспитанников** по вопросам оздоровления детей используются следующие формы:

- наглядные мини-центры для родителей, папки передвижки, консультации специалистов;
- анкетирование - этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество форм взаимодействия с родителями;
- нетрадиционные формы (мастер-классы, устный журнал, круглый стол и др.). Использование нетрадиционных форм позволяет в оживленной, интересной беседе с родителями обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы специалистов, высказывать свое мнение;
- конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей;
- в течение года проводятся спортивные мероприятия. Основная их цель – помочь каждому ребенку ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

4.2. Лист внесения изменений и дополнений

Дата внесения	Основание, описание	Ответственный

**Перспективное планирование образовательной деятельности
по образовательной области «Физическое развитие»
на 2022/2023 учебный год**

Во второй группе раннего возраста (2-3 года)

Физическая культура в помещении – 72 ч.

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Л.Н. Ворошина, Т.В. Курилова. Физическое развитие детей третьего года жизни. Методическое пособие для реализации образовательной программы «Теремок»/ Под ред. И. А. Лыковой, Е. А. Сагайдачной.-М.: Издательский дом «Цветной мир», 2021.-80с. 2-е издание, дораб. и доп.

Сентябрь				
1.	02.09.2022	«Занятие 1»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	19-20
2.	05.09.2022	«Занятие 1»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	19-20
3.	09.09.2022	«Занятие 1»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	19-20
4.	12.09.2022	«Занятие 1»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	19-20
5.	16.09.2022	Спортивное развлечение «Веселый стадион»	Конспект	
6.	19.09.2022	«Занятие 2»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	21-22
7.	23.09.2022	«Занятие 2»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	21-22
8.	26.09.2022	«Занятие 2»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	21-22
9.	30.09.2022	«Занятие 2»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	21-22
Октябрь				
10.	03.10.2022	«Занятие 3»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	23-24
11.	07.10.2022	«Занятие 3»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	23-24
12.	10.10.2022	«Занятие 3»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	23-24
13.	14.10.2022	«Занятие 3»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	23-24
14.	17.10.2022	Спортивное развлечение «Верные друзья»	Конспект	
15.	21.10.2022	«Занятие 4»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	25-26
16.	24.10.2022	«Занятие 4»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	25-26
17.	28.10.2022	«Занятие 4»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	25-26
18.	31.10.2022	«Занятие 4»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	25-26
Ноябрь				
19.	07.11.2022	«Занятие 5»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	27-28
20.	11.11.2022	«Занятие 5»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	27-28
21.	14.11.2022	«Занятие 5»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	27-28
22.	18.11.2022	«Занятие 6»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	29-30
23.	21.11.2022	Спортивное развлечение «Здоровье - наш друг»	Конспект	
24.	25.11.2022	«Занятие 6»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	29-30
25.	28.11.2022	«Занятие 6»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	29-30

Декабрь				
26.	02.12.2022	«Занятие 7»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	31-32
27.	05.12.2022	«Занятие 7»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	31-32
28.	09.12.2022	«Занятие 7»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	31-32
29.	12.12.2022	«Занятие 7»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	31-32
30.	16.12.2022	Спортивное развлечение «Здравствуй, здравствуй, белый снег!»	Конспект	
31.	19.12.2022	«Занятие 8»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	33-34
32.	23.12.2022	«Занятие 8»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	33-34
33.	26.12.2022	«Занятие 8»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	33-34
34.	30.12.2022	«Занятие 8»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	33-34
Январь				
35.	09.01.2023	«Занятие 9»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	35-36
36.	13.01.2023	«Занятие 9»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	35-36
37.	16.01.2023	«Занятие 9»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	35-36
38.	20.01.2023	«Занятие 9»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	35-36
39.	23.01.2023	Спортивное развлечение «Зимние олимпийские игры»	Конспект	
40.	27.01.2023	«Занятие 10»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	37-38
41.	30.01.2023	«Занятие 10»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	37-38
Февраль				
42.	03.02.2023	«Занятие 11»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	39-40
43.	06.02.2023	«Занятие 11»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	39-40
44.	10.02.2023	«Занятие 11»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	39-40
45.	13.02.2023	«Занятие 12»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	41-42
46.	17.02.2023	Спортивный досуг «Масленица пришла»	Конспект	
47.	20.02.2023	«Занятие 12»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	41-42
48.	27.02.2023	«Занятие 12»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	41-42
Март				
49.	03.03.2023	«Занятие 13»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	43-44
50.	06.03.2023	«Занятие 13»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	43-44
51.	10.03.2023	«Занятие 13»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	43-44
52.	13.03.2023	«Занятие 14»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	45-46
53.	17.03.2023	«Занятие 14»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	45-46
54.	20.03.2023	«Занятие 14»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	45-46
55.	24.03.2023	Спортивное развлечение «Весна красна»	Конспект	
56.	27.03.2023	«Занятие 14»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	45-46
57.	31.03.2023			
Апрель				
58.	03.04.2023	«Занятие 15»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	47-48
59.	07.04.2023	«Занятие 15»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	47-48
60.	10.04.2023	«Занятие 15»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	47-48

61.	14.04.2023	«Занятие 15»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	47-48
62.	17.04.2023	«Занятие 16»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	49-50
63.	21.04.2023	«Занятие 16»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	49-50
64.	24.04.2023	Спортивное развлечение «Игры - забавы»	Конспект	
65.	28.04.2023	«Занятие 16»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	49-50
Май				
66.	05.05.2023	«Занятие 17»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	51-52
67.	12.05.2023	«Занятие 17»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	51-52
68.	15.05.2023	«Занятие 17»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	51-52
69.	19.05.2023	«Занятие 18»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	53-54
70.	22.05.2023	«Занятие 18»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	53-54
71.	26.05.2023	Спортивный досуг «Мы – спортивная семья»	Конспект	
72.	29.05.2023	«Занятие 18»	Ворошина Л.Н., Курилова Т.В.	53-54

В младшей группе (3 – 4 года)

Физическая культура в помещении – 73 ч. (организованная образовательная деятельность (занятия))

Перспективное планирование по методическому пособию:

2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. –М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.- 112с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр
Сентябрь				
1.	05.09.2022	«Занятие 1»	Л.И.Пензулаева	24-25
2.	07.09.2022	«Занятие 1»	Л.И.Пензулаева	24-25
3.	12.09.2022	«Занятие 2»	Л.И.Пензулаева	25-27
4.	14.09.2022	«Занятие 2»	Л.И.Пензулаева	25-27
5.	19.09.2022	Спортивное развлечение «Веселый стадион»	Конспект	
6.	21.09.2022	«Занятие 3»	Л.И.Пензулаева	27-28
7.	26.09.2022	«Занятие 3»	Л.И.Пензулаева	27-28
8.	28.09.2022	«Занятие 4»	Л.И.Пензулаева	28-30
Октябрь				
9.	03.10.2022	«Занятие 5»	Л.И.Пензулаева	31-32
10.	05.10.2022	«Занятие 5»	Л.И.Пензулаева	31-32
11.	10.10.2022	«Занятие 6»	Л.И.Пензулаева	32-33
12.	12.10.2022	«Занятие 6»	Л.И.Пензулаева	32-33
13.	17.10.2022	Спортивное развлечение «Верные друзья»	Конспект	
14.	19.10.2022	«Занятие 7»	Л.И.Пензулаева	33-35
15.	24.10.2022	«Занятие 7»	Л.И.Пензулаева	33-35
16.	26.10.2022	«Занятие 8»	Л.И.Пензулаева	35-37
17.	31.10.2022	«Занятие 8»	Л.И.Пензулаева	35-37
Ноябрь				

18.	02.11.2022	«Занятие 9»	Л.И.Пензулаева	38-39
19.	07.11.2022	«Занятие 9»	Л.И.Пензулаева	38-39
20.	09.11.2022	«Занятие 10»	Л.И.Пензулаева	39-41
21.	14.11.2022	«Занятие 10»	Л.И.Пензулаева	39-41
22.	16.11.2022	Спортивное развлечение «Здоровье- наш друг»	Конспект	
23.	21.11.2022	«Занятие 11»	Л.И.Пензулаева	41-43
24.	23.11.2022	«Занятие 11»	Л.И.Пензулаева	41-43
25.	28.11.2022	«Занятие 12»	Л.И.Пензулаева	43-45
26.	30.11.2022	«Занятие 12»	Л.И.Пензулаева	43-45
Декабрь				
27.	05.12.2022	«Занятие 13»	Л.И.Пензулаева	45-47
28.	07.12.2022	«Занятие 13»	Л.И.Пензулаева	45-47
29.	12.12.2022	«Занятие 14»	Л.И.Пензулаева	47-49
30.	14.12.2022	«Занятие 14»	Л.И.Пензулаева	47-49
31.	19.12.2022	Спортивное развлечение «Здравствуй, здравствуй, белый снег!»	Конспект	
32.	21.01.2022	«Занятие 15»	Л.И.Пензулаева	49-51
33.	26.12.2022	«Занятие 15»	Л.И.Пензулаева	49-51
34.	28.12.2022	«Занятие 16»	Л.И.Пензулаева	51-53
Январь				
35.	09.01.2023	«Занятие 17»	Л.И.Пензулаева	53-55
36.	11.01.2023	«Занятие 17»	Л.И.Пензулаева	53-55
37.	16.01.2023	«Занятие 18»	Л.И.Пензулаева	55-56
38.	18.01.2023	«Занятие 19»	Л.И.Пензулаева	56-58
39.	23.01.2023	Спортивное развлечение «Зимние олимпийские игры»	Конспект	
40.	25.01.2023	«Занятие 20»	Л.И.Пензулаева	59-61
41.	30.01.2023	«Занятие 20»	Л.И.Пензулаева	59-61
Февраль				
42.	01.02.2023	«Занятие 21»	Л.И.Пензулаева	62-63
43.	06.02.2023	«Занятие 21»	Л.И.Пензулаева	62-63
44.	08.02.2023	«Занятие 22»	Л.И.Пензулаева	63-65
45.	13.02.2023	«Занятие 22»	Л.И.Пензулаева	63-65
46.	15.02.2023	Спортивный досуг «Масленица пришла»	Конспект	
47.	20.02.2023	«Занятие 23»	Л.И.Пензулаева	65-66
48.	22.02.2023	«Занятие24»	Л.И.Пензулаева	67-69
49.	27.02.2023	«Занятие24»		67-69
Март				
50.	01.03.2023	«Занятие 25»	Л.И.Пензулаева	69-71
51.	06.03.2023	«Занятие 25»	Л.И.Пензулаева	69-71
52.	13.03.2023	«Занятие 26»	Л.И.Пензулаева	71-72
53.	15.03.2023	«Занятие 26»	Л.И.Пензулаева	71-72
54.	20.03.2023	«Занятие 27»	Л.И.Пензулаева	73-74
55.	22.03.2023	«Занятие 27»	Л.И.Пензулаева	73-74

56.	27.03.2023	Спортивное развлечение «Весна красна»	Конспект	
57.	29.03.2023	«Занятие 28»	Л.И.Пензулаева	74-76
Апрель				
58.	03.04.2023	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	77-78
59.	05.04.2023	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	77-78
60.	10.04.2023	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	77-78
61.	12.04.2023	«Занятие 30»	Л.И.Пензулаева	78-80
62.	17.04.2023	«Занятие 30»	Л.И.Пензулаева	78-80
63.	19.04.2023	«Занятие 31»	Л.И.Пензулаева	80-82
64.	24.04.2023	Спортивное развлечение «Игры - забавы»	Конспект	
65.	26.04.2023	«Занятие 32»	Л.И. Пензулаева	82-83
Май				
66.	03.05.2022	«Занятие 33»	Л.И.Пензулаева	84-86
67.	10.05.2022	«Занятие 33»	Л.И.Пензулаева	84-86
68.	15.05.2022	«Занятие 34»	Л.И.Пензулаева	86-87
69.	17.05.2022	«Занятие 34»	Л.И.Пензулаева	86-87
70.	22.05.2022	«Занятие 35»	Л.И.Пензулаева	87-89
71.	24.05.2022	Спортивный досуг «Мы – спортивная семья»	Конспект	
72.	29.05.2022	«Занятие 36»	Л.И.Пензулаева	89-90
73.	31.05.2022	«Занятие 36»	Л.И.Пензулаева	89-90

**Физическая культура на прогулке - 37 ч.
(организованная образовательная деятельность (занятия))**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.- 112с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	01.09.2022	«Занятие 1»	Л.И.Пензулаева	24-25
2.	08.09.2022	«Занятие 2»	Л.И.Пензулаева	25-27
3.	15.09.2022	«Занятие 3»	Л.И.Пензулаева	27-28
4.	22.09.2022	«Занятие 3»	Л.И.Пензулаева	27-28
5.	29.09.2022	«Занятие 4»	Л.И.Пензулаева	28-30
Октябрь				
6.	06.10.2022	«Занятие 5»	Л.И.Пензулаева	31-32
7.	13.10.2022	«Занятие 6»	Л.И.Пензулаева	32-33
8.	20.10.2022	«Занятие 7»	Л.И.Пензулаева	33-35
9.	27.10.2022	«Занятие 8»		35-37
Ноябрь				
10.	03.11.2022	«Занятие 9»	Л.И.Пензулаева	38-39
11.	10.11.2022	«Занятие 10»	Л.И.Пензулаева	39-41
12.	17.11.2022	«Занятие 11»	Л.И.Пензулаева	41-43
13.	24.11.2022	«Занятие 12»	Л.И.Пензулаева	43-45

Декабрь				
14.	01.12.2022	«Занятие 13»	Л.И.Пензулаева	45-47
15.	08.12.2022	«Занятие 14»	Л.И.Пензулаева	47-49
16.	15.12.2022	«Занятие 15»	Л.И.Пензулаева	49-51
17.	22.12.2022	«Занятие 16»	Л.И.Пензулаева	51-53
18.	29.12.2022	«Занятие 16»	Л.И.Пензулаева	51-53
Январь				
19.	12.01.2023	«Занятие 17»	Л.И.Пензулаева	53-55
20.	19.01.2023	«Занятие 18»	Л.И.Пензулаева	55-56
21.	26.01.2023	«Занятие 19»	Л.И.Пензулаева	56-58
Февраль				
22.	02.02.2023	«Занятие 21»	Л.И.Пензулаева	62-63
23.	09.02.2023	«Занятие 22»	Л.И.Пензулаева	63-65
24.	16.02.2023	«Занятие 23»	Л.И.Пензулаева	65-66
Март				
25.	02.03.2023	«Занятие 25»	Л.И.Пензулаева	69-71
26.	09.03.2023	«Занятие 26»	Л.И.Пензулаева	71-72
27.	16.03.2023	«Занятие 27»	Л.И.Пензулаева	73-74
28.	23.03.2023	«Занятие 28»	Л.И.Пензулаева	74-76
29.	30.03.2023	«Занятие 28»	Л.И.Пензулаева	74-76
Апрель				
30.	06.04.2023	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	77-78
31.	13.04.2023	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	77-78
32.	20.04.2023	«Занятие 30»	Л.И.Пензулаева	78-80
33.	27.04.2023	«Занятие 31»	Л.И.Пензулаева	80-82
Май				
34.	04.05.2023	«Занятие 33»	Л.И.Пензулаева	84-86
35.	11.05.2023	«Занятие 34»	Л.И.Пензулаева	86-87
36.	18.05.2023	«Занятие 35»	Л.И.Пензулаева	87-89
37.	25.05.2023	«Занятие 36»	Л.И.Пензулаева	89-90

**Комплексы утренней гимнастики.
(совместная деятельность взрослого с воспитанниками)**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. - 40с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	
Сентябрь				
1.	Неделя 1-2	Комплекс №1	Пензулаева Л.И.	6
2.	Неделя 3	Комплекс №2	Пензулаева Л И	7
3.	Неделя 4	Комплекс №3	Пензулаева Л И	7-8
4.	Неделя 5	Комплекс №4	Пензулаева Л И	8
Октябрь				
5.	Неделя 1	Комплекс №5	Пензулаева Л И	9
6.	Неделя 2	Комплекс №6	Пензулаева Л И	9-10
7.	Неделя 3	Комплекс №7	Пензулаева Л И	10

8.	Неделя 4-5	Комплекс №8	Пензулаева Л И	10-11
Ноябрь				
9.	Неделя 1-2	Комплекс №9	Пензулаева Л И	11-12
10.	Неделя 3	Комплекс №10	Пензулаева Л И	12-13
11.	Неделя 4	Комплекс №11	Пензулаева Л И	13-14
12.	Неделя 5	Комплекс №12	Пензулаева Л И	14
Декабрь				
13.	Неделя 1-2	Комплекс №13	Пензулаева Л И	14-15
14.	Неделя 3	Комплекс №14	Пензулаева Л И	15-16
15.	Неделя 4	Комплекс №15	Пензулаева Л И	16
16.	Неделя 5	Комплекс №16	Пензулаева Л И	16-17
Январь				
17.	Неделя 3	Комплекс №17	Пензулаева Л И	17
18.	Неделя 4	Комплекс №18	Пензулаева Л.И.	18
19.	Неделя 5	Комплекс №19	Пензулаева Л И	18-19
Февраль				
20.	Неделя 1	Комплекс №21	Пензулаева Л.И.	19-21
21.	Неделя 2	Комплекс №22	Пензулаева Л И	21
22.	Неделя 3	Комплекс №23	Пензулаева Л.И.	21-22
23.	Неделя 4	Комплекс №24	Пензулаева Л И	22
Март				
24.	Неделя 1	Комплекс №25	Пензулаева Л.И.	23
25.	Неделя 2	Комплекс №26	Пензулаева Л И	23-24
26.	Неделя 3	Комплекс №27	Пензулаева Л.И.	24
27.	Неделя 4,5	Комплекс №28	Пензулаева Л И	24-25
Апрель				
28.	Неделя 1,2	Комплекс №29	Пензулаева Л.И.	25-26
29.	Неделя 3	Комплекс №30	Пензулаева Л И	26-27
30.	Неделя 4	Комплекс №31	Пензулаева Л.И.	27
31.	Неделя 5	Комплекс №32	Пензулаева Л И	28
Май				
32.	Неделя 1	Комплекс №33	Пензулаева Л.И.	28-29
33.	Неделя 2	Комплекс №34	Пензулаева Л И	29
34.	Неделя 3	Комплекс №35	Пензулаева Л.И.	29-30
35.	Неделя 4,5	Комплекс №36	Пензулаева Л. И	30-31

В средней группе (4-5 лет)

Физическая культура в помещении – 72 ч. (организованная образовательная деятельность (занятия))

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	02.09.2022	«Занятие 1»	Л.И.Пензулаева	19-21
2.	05.09.2022	«Занятие 2»	Л.И.Пензулаева	21
3.	09.09.2022	«Занятие 4»	Л.И.Пензулаева	22-24

4.	12.09.2022	«Занятие 5»	Л.И.Пензулаева	24
5.	16.09.2022	«Занятие 7»	Л.И.Пензулаева	26-28
6.	19.09.2022	«Занятие 8»	Л.И.Пензулаева	28
7.	23.09.2022	Спортивное развлечение «Веселый стадион»	Конспект	
8.	26.09.2022	«Занятие 10»	Л.И.Пензулаева	30-32
9.	30.09.2022	«Занятие 11»	Л.И.Пензулаева	32
Октябрь				
10.	03.10.2022	«Занятие 13»	Л.И.Пензулаева	35-36
11.	07.10.2022	«Занятие 14»	Л.И.Пензулаева	36
12.	10.10.2022	«Занятие 16»	Л.И.Пензулаева	38-39
13.	14.10.2022	«Занятие 17»	Л.И.Пензулаева	40
14.	17.10.2022	«Занятие 19»	Л.И.Пензулаева	41-43
15.	21.10.2022	«Занятие 20»	Л.И.Пензулаева	43
16.	24.10.2022	Спортивное развлечение «Верные друзья»	Конспект	
17.	28.10.2022	«Занятие 22»	Л.И.Пензулаева	44-46
18.	31.10.2022	«Занятие 23»	Л.И.Пензулаева	46
Ноябрь				
19.	07.11.2022	«Занятие 25»	Л.И.Пензулаева	49-50
20.	11.11.2022	«Занятие 26»	Л.И.Пензулаева	50-51
21.	14.11.2022	«Занятие 28»	Л.И.Пензулаева	52-53
22.	18.11.2022	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	54
23.	21.11.2022	Спортивное развлечение «Здоровье наш-друг»	Конспект	
24.	25.11.2022	«Занятие 31»	Л.И.Пензулаева	55-56
25.	28.11.2022	«Занятие 34»	Л.И.Пензулаева	58-59
Декабрь				
26.	02.12.2022	«Занятие 37»	Л.И.Пензулаева	62-63
27.	05.12.2022	«Занятие 38»	Л.И.Пензулаева	63-64
28.	09.12.2022	«Занятие 40»	Л.И.Пензулаева	65-66
29.	12.12.2022	«Занятие 41»	Л.И.Пензулаева	67
30.	16.12.2022	«Занятие 43»	Л.И.Пензулаева	68-70
31.	19.12.2022	«Занятие 44»	Л.И.Пензулаева	70-71
32.	23.12.2022	Спортивное развлечение «Здравствуй, здравствуй, белый снег!»	Конспект	
33.	26.12.2022	«Занятие 46»	Л.И.Пензулаева	72-74
34.	30.12.2022	«Занятие 47»	Л.И.Пензулаева	74
Январь				
35.	09.01.2023	«Занятие 49»	Л.И.Пензулаева	76-77
36.	13.01.2023	«Занятие 50»	Л.И.Пензулаева	78
37.	16.01.2023	«Занятие 52»	Л.И.Пензулаева	79-80
38.	20.01.2023	«Занятие 53»	Л.И.Пензулаева	80
39.	23.01.2023	Спортивное развлечение «Зимние олимпийские игры»	Конспект	
40.	27.01.2023	«Занятие 55»	Л.И.Пензулаева	81-83

41.	30.01.2023	«Занятие 56»	Л.И.Пензулаева	83-84
Февраль				
42.	03.02.2023	«Занятие 61»	Л.И.Пензулаева	88-89
43.	06.02.2023	«Занятие 62»	Л.И.Пензулаева	89-90
44.	10.02.2023	«Занятие 64»	Л.И.Пензулаева	91-92
45.	13.02.2023	«Занятие 65»	Л.И.Пензулаева	92-93
46.	17.02.2023	«Занятие 67»	Л.И.Пензулаева	93-95
47.	20.02.2023	Спортивный досуг «Масленица пришла»	Конспект	
48.	27.02.2023	«Занятие 68»	Л.И.Пензулаева	95
Март				
49.	03.03.2023	«Занятие 73»	Л.И.Пензулаева	99-100
50.	06.03.2023	«Занятие 74»	Л.И.Пензулаева	101
51.	10.03.2023	«Занятие 74»	Л.И.Пензулаева	101
52.	13.03.2023	«Занятие 76»	Л.И.Пензулаева	102-104
53.	17.03.2023	«Занятие 77»	Л.И.Пензулаева	104
54.	20.03.2023	«Занятие 79»	Л.И.Пензулаева	105-107
55.	24.03.2023	Спортивное развлечение «Весна красна»	Конспект	
56.	27.03.2023	«Занятие 80»	Л.И.Пензулаева	107
57.	31.03.2023	«Занятие 82»	Л.И.Пензулаева	108-110
Апрель				
58.	03.04.2023	«Занятие 85»	Л.И.Пензулаева	112-114
59.	07.04.2023	«Занятие 86»	Л.И.Пензулаева	114
60.	10.04.2023	«Занятие 88»	Л.И.Пензулаева	115-117
61.	14.04.2023	«Занятие 89»	Л.И.Пензулаева	117
62.	17.04.2023	«Занятие 91»	Л.И.Пензулаева	118-120
63.	21.04.2023	«Занятие 92»	Л.И.Пензулаева	120
64.	24.04.2023	Спортивное развлечение «Игры - забавы!»	Конспект	
65.	28.04.2023	«Занятие 94»	Л.И.Пензулаева	121-122
Май				
66.	05.05.2023	«Занятие 97»	Л.И.Пензулаева	124-126
67.	12.05.2023	«Занятие 98»	Л.И.Пензулаева	126
68.	15.05.2023	«Занятие 100»	Л.И.Пензулаева	127-129
69.	19.05.2023	Спортивный досуг «Мы – спортивная семья»	Конспект	
70.	22.05.2023	«Занятие 101»	Л.И.Пензулаева	129
71.	26.05.2023	«Занятие 103»	Л.И.Пензулаева	130-131
72.	29.05.2023	«Занятие 106»	Л.И.Пензулаева	133-134

**Физическая культура на прогулке - 37 ч.
(организованная образовательная деятельность (занятия))**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	01.09.2022	«Занятие 3»	Л.И.Пензулаева	21-22
2.	08.09.2022	«Занятие 6»	Л.И.Пензулаева	24-26
3.	15.09.2022	«Занятие 9»	Л.И.Пензулаева	29-30
4.	22.09.2022	«Занятие 12»	Л.И.Пензулаева	32-33
5.	29.09.2022	«Занятие 12»	Л.И.Пензулаева	32-33
Октябрь				
6.	06.10.2022	«Занятие 15»	Л.И.Пензулаева	37-38
7.	13.10.2022	«Занятие 18»	Л.И.Пензулаева	40-41
8.	20.10.2022	«Занятие 21»	Л.И.Пензулаева	43-44
9.	27.10.2022	«Занятие 24»	Л.И.Пензулаева	47-48
Ноябрь				
10.	03.11.2022	«Занятие 27»	Л.И.Пензулаева	51-52
11.	10.11.2022	«Занятие 30»	Л.И.Пензулаева	54-55
12.	17.11.2022	«Занятие 33»	Л.И.Пензулаева	57-58
13.	24.11.2022	«Занятие 36»	Л.И.Пензулаева	60-61
Декабрь				
14.	01.12.2022	«Занятие 39»	Л.И.Пензулаева	64
15.	08.12.2022	«Занятие 42»	Л.И.Пензулаева	67-68
16.	15.12.2022	«Занятие 45»	Л.И.Пензулаева	71-72
17.	22.12.2022	«Занятие 48»	Л.И.Пензулаева	74-75
18.	29.12.2022	«Занятие 48»	Л.И.Пензулаева	74-75
Январь				
19.	12.01.2023	«Занятие 51»	Л.И.Пензулаева	78
20.	19.01.2023	«Занятие 54»	Л.И.Пензулаева	81
21.	26.01.2023	«Занятие 57»	Л.И.Пензулаева	84
Февраль				
22.	02.02.2023	«Занятие 63»	Л.И.Пензулаева	90
23.	09.02.2023	«Занятие 66»	Л.И.Пензулаева	93
24.	16.02.2023	«Занятие 69»	Л.И.Пензулаева	95-96
Март				
25.	02.03.2023	«Занятие 75»	Л.И.Пензулаева	101-102
26.	09.03.2023	«Занятие 78»	Л.И.Пензулаева	104-105
27.	16.03.2023	«Занятие 81»	Л.И.Пензулаева	107-108
28.	23.03.2023	«Занятие 84»	Л.И.Пензулаева	110-111
29.	30.03.2023	«Занятие 84»	Л.И.Пензулаева	110-111
Апрель				
30.	06.04.2023	«Занятие 87»	Л.И.Пензулаева	114-115

31.	13.04.2023	«Занятие 90»	Л.И.Пензулаева	117-118
32.	20.04.2023	«Занятие 93»	Л.И.Пензулаева	120-121
33.	27.04.2023	«Занятие 96»	Л.И. Пензулаева	123-124
Май				
34.	04.05.2023	«Занятие 99»	Л.И.Пензулаева	126-127
35.	11.05.2023	«Занятие 102»	Л.И.Пензулаева	129-130
36.	18.05.2023	«Занятие 105»	Л.И.Пензулаева	132-133
37.	25.05.2023	«Занятие 108»	Л.И.Пензулаева	135-136

**Утренняя гимнастика.
(совместная деятельность взрослого с воспитанниками)**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. -40с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	
Сентябрь				
1.	Неделя 1-2	Комплекс №1	Пензулаева Л.И.	6
2.	Неделя 3	Комплекс №2	Пензулаева Л И	7
3.	Неделя 4	Комплекс №3	Пензулаева Л И	7-8
4.	Неделя 5	Комплекс №4	Пензулаева Л И	8
Октябрь				
5.	Неделя 1	Комплекс №5	Пензулаева Л И	9
6.	Неделя 2	Комплекс №6	Пензулаева Л И	9-10
7.	Неделя 3	Комплекс №7	Пензулаева Л И	10
8.	Неделя 4-5	Комплекс №8	Пензулаева Л И	10-11
Ноябрь				
9.	Неделя 1-2	Комплекс №9	Пензулаева Л И	11-12
10.	Неделя 3	Комплекс №10	Пензулаева Л И	12-13
11.	Неделя 4	Комплекс №11	Пензулаева Л И	13-14
12.	Неделя 5	Комплекс №12	Пензулаева Л И	14
Декабрь				
13.	Неделя 1-2	Комплекс №13	Пензулаева Л И	14-15
14.	Неделя 3	Комплекс №14	Пензулаева Л И	15-16
15.	Неделя 4	Комплекс №15	Пензулаева Л И	16
16.	Неделя 5	Комплекс №16	Пензулаева Л И	16-17
Январь				
17.	Неделя 3	Комплекс №17	Пензулаева Л И	17
18.	Неделя 4	Комплекс №18	Пензулаева Л.И.	18
19.	Неделя 5	Комплекс №19	Пензулаева Л И	18-19
Февраль				
20.	Неделя 1	Комплекс №21	Пензулаева Л.И.	19-21
21.	Неделя 2	Комплекс №22	Пензулаева Л И	21
22.	Неделя 3	Комплекс №23	Пензулаева Л.И.	21-22
23.	Неделя 4	Комплекс №24	Пензулаева Л И	22
Март				
24.	Неделя 1	Комплекс №25	Пензулаева Л.И.	23
25.	Неделя 2	Комплекс №26	Пензулаева Л И	23-24
26.	Неделя 3	Комплекс №27	Пензулаева Л.И.	24

27.	Неделя 4,5	Комплекс№28	Пензулаева Л И	24-25
Апрель				
28.	Неделя 1,2	Комплекс №29	Пензулаева Л.И.	25-26
29.	Неделя 3	Комплекс№30	Пензулаева Л И	26-27
30.	Неделя 4	Комплекс №31	Пензулаева Л.И.	27
31.	Неделя 5	Комплекс№32	Пензулаева Л И	28
Май				
32.	Неделя 1	Комплекс №33	Пензулаева Л.И.	28-29
33.	Неделя 2	Комплекс№34	Пензулаева Л И	29
34.	Неделя 3	Комплекс №35	Пензулаева Л.И.	29-30
35.	Неделя 4,5	Комплекс№36	ПензулаеваЛ. И	30-31

В старшей группе (5-6 лет)

Физическая культура в помещении – 74 ч. (организованная образовательная деятельность (занятия))

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 192 с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	01.09.2022	«Занятие 1»	Л.И.Пензулаева	16-18
2.	07.09.2022	«Занятие 2»	Л.И.Пензулаева	18-19
3.	08.09.2022	«Занятие 4»	Л.И.Пензулаева	21-23
4.	14.09.2022	«Занятие 5»	Л.И.Пензулаева	23
5.	15.09.2022	«Занятие 7»	Л.И.Пензулаева	25-27
6.	21.09.2022	«Занятие 8»	Л.И.Пензулаева	27
7.	22.09.2022	«Занятие 10»	Л.И.Пензулаева	28-30
8.	28.09.2022	Спортивное развлечение «Веселый стадион»	Конспект	
9.	29.09.2022	«Занятие 11»	Л.И.Пензулаева	30-31
Октябрь				
10.	05.10.2022	«Занятие 13»	Л.И.Пензулаева	33-35
11.	06.10.2022	«Занятие 14»	Л.И.Пензулаева	35
12.	12.10.2022	«Занятие 16»	Л.И.Пензулаева	36-39
13.	13.10.2022	«Занятие 17»	Л.И.Пензулаева	39
14.	19.10.2022	«Занятие 19»	Л.И.Пензулаева	41-43
15.	20.10.2022	«Занятие 20»	Л.И.Пензулаева	43
16.	26.10.2022	Спортивное развлечение «Верные друзья»	Конспект	
17.	27.10.2022	«Занятие 22»	Л.И.Пензулаева	44-46
Ноябрь				
18.	02.11.2022	«Занятие 25»	Л.И.Пензулаева	49-51
19.	03.11.2022	«Занятие 26»	Л.И.Пензулаева	51
20.	09.11.2022	«Занятие 28»	Л.И.Пензулаева	53-55
21.	10.11.2022	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	55
22.	16.11.2022	«Занятие 31»	Л.И.Пензулаева	57-58

23.	17.11.2022	«Занятие 32»	Л.И.Пензулаева	58-59
24.	23.11.2022	«Занятие 34»	Л.И.Пензулаева	60-62
25.	24.11.2022	Спортивное развлечение «Здоровье - наш друг»	К;онспект	
26.	30.11.2022	«Занятие 35»	Л.И.Пензулаева	62
Декабрь				
27.	01.12.2022	«Занятие 37»	Л.И.Пензулаева	64-66
28.	07.12.2022	«Занятие 38»	Л.И.Пензулаева	66
29.	08.12.2022	«Занятие 40»	Л.И.Пензулаева	68-70
30.	14.12.2022	«Занятие 41»	Л.И.Пензулаева	70
31.	15.12.2022	«Занятие 43»	Л.И.Пензулаева	71-73
32.	21.12.2022	«Занятие 44»	Л.И.Пензулаева	73-74
33.	22.12.2022	«Занятие 46»	Л.И.Пензулаева	75-77
34.	28.12.2022	Спортивное развлечение «Здравствуй, здравствуй, белый снег»	Конспект	
35.	29.12.2022	«Занятие 47»	Л.И.Пензулаева	77
Январь				
36.	11.01.2023	«Занятие 49»	Л.И.Пензулаева	80-82
37.	12.01.2023	«Занятие 50»	Л.И.Пензулаева	82
38.	18.01.2023	«Занятие 52»	Л.И.Пензулаева	83-85
39.	19.01.2023	«Занятие 53»	Л.И.Пензулаева	85
40.	25.01.2023	Спортивное развлечение «Зимние олимпийские игры»	Конспект	
41.	26.01.2023	«Занятие 55»	Л.И.Пензулаева	87-88
Февраль				
42.	01.02.2023	«Занятие 61»	Л.И.Пензулаева	94-95
43.	02.02.2023	«Занятие 62»	Л.И.Пензулаева	95-96
44.	08.02.2023	«Занятие 64»	Л.И.Пензулаева	97-99
45.	09.02.2023	«Занятие 65»	Л.И.Пензулаева	99
46.	15.02.2023	«Занятие 67»	Л.И.Пензулаева	100-102
47.	16.02.2023	Спортивный досуг «Масленица пришла»	Конспект	
48.	22.02.2023	«Занятие 68»	Л.И.Пензулаева	102
Март				
49.	01.03.2023	«Занятие 73»	Л.И.Пензулаева	108-110
50.	02.03.2023	«Занятие 74»	Л.И.Пензулаева	110
51.	09.03.2023	«Занятие 76»	Л.И.Пензулаева	112-114
52.	15.03.2023	«Занятие 77»	Л.И.Пензулаева	114
53.	16.03.2023	«Занятие 79»	Л.И.Пензулаева	116-117
54.	22.03.2023	Спортивное развлечение «Весна красна»	Конспект	
55.	23.03.2023	«Занятие 80»	Л.И.Пензулаева	117
56.	29.03.2023	«Занятие 82»	Л.И.Пензулаева	119-121
57.	30.03.2023	«Занятие 83»	Л.И.Пензулаева	121
Апрель				
58.	05.04.2023	«Занятие 85»	Л.И.Пензулаева	123-125

59.	06.04.2023	«Занятие 86»	Л.И.Пензулаева	125
60.	12.04.2023	«Занятие 88»	Л.И.Пензулаева	126-128
61.	13.04.2023	«Занятие 89»	Л.И.Пензулаева	128
62.	19.04.2023	«Занятие 91»	Л.И.Пензулаева	130-131
63.	20.04.2023	«Занятие 92»	Л.И.Пензулаева	131-132
64.	26.04.2023	Спортивное развлечение «Игры - забавы»	Конспект	
65.	27.04.2023	«Занятие 94»	Л.И.Пензулаева	133-135
Май				
66.	03.05.2023	«Занятие 97»	Л.И.Пензулаева	138-140
67.	04.05.2023	«Занятие 98»	Л.И.Пензулаева	140
68.	10.05.2023	«Занятие 100»	Л.И.Пензулаева	141-143
69.	11.05.2023	Спортивный досуг «Мы – спортивная семья»	Конспект	
70.	17.05.2023	«Занятие 101»	Л.И.Пензулаева	143
71.	18.05.2023	«Занятие 103»	Л.И.Пензулаева	145-146
72.	24.05.2023	«Занятие 104»	Л.И.Пензулаева	146-147
73.	25.05.2023	«Занятие 106»	Л.И.Пензулаева	148-150
74.	31.05.2023	«Занятие 107»	Л.И.Пензулаева	150

**Физическая культура на прогулке - 36 ч.
(организованная образовательная деятельность (занятия))**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 192 с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	05.09.2022	«Занятие 3»	Л.И.Пензулаева	19-21
2.	12.09.2022	«Занятие 6»	Л.И.Пензулаева	23-24
3.	19.09.2022	«Занятие 9»	Л.И.Пензулаева	27-28
4.	26.09.2022	«Занятие 12»	Л.И.Пензулаева	31-32
Октябрь				
5.	03.10.2022	«Занятие 15»	Л.И.Пензулаева	35-36
6.	10.10.2022	«Занятие 18»	Л.И.Пензулаева	39-41
7.	17.10.2022	«Занятие 21»	Л.И.Пензулаева	43-44
8.	24.10.2022	«Занятие 24»	Л.И.Пензулаева	47-48
9.	31.10.2022	«Занятие 24»	Л.И.Пензулаева	47-48
Ноябрь				
10.	07.11.2022	«Занятие 27»	Л.И.Пензулаева	52-53
11.	14.11.2022	«Занятие 30»	Л.И.Пензулаева	55-57
12.	21.11.2022	«Занятие 33»	Л.И.Пензулаева	59-60
13.	28.11.2022	«Занятие 36»	Л.И.Пензулаева	62-63
Декабрь				
14.	05.12.2022	«Занятие 39»	Л.И.Пензулаева	67-68
15.	12.12.2022	«Занятие 42»	Л.И.Пензулаева	70-71

16.	19.12.2022	«Занятие 45»	Л.И.Пензулаева	74-75
17.	26.12.2022	«Занятие 48»	Л.И.Пензулаева	77-79
Январь				
18.	9.01.2023	«Занятие 51»	Л.И.Пензулаева	83
19.	16.01.2023	«Занятие 54»	Л.И.Пензулаева	86
20.	23.01.2023	«Занятие 57»	Л.И.Пензулаева	88-89
21.	30.01.2023	«Занятие 60»	Л.И.Пензулаева	92
Февраль				
22.	06.02.2023	«Занятие 63»	Л.И.Пензулаева	96-97
23.	13.02.2023	«Занятие 66»	Л.И.Пензулаева	99-100
24.	20.02.2023	«Занятие 69»	Л.И.Пензулаева	102-103
25.	27.02.2023	«Занятие 72»	Л.И.Пензулаева	106-107
Март				
26.	06.03.2023	«Занятие 75»	Л.И.Пензулаева	111-112
27.	13.03.2023	«Занятие 78»	Л.И.Пензулаева	114-115
28.	20.03.2023	«Занятие 81»	Л.И.Пензулаева	117-119
29.	27.03.2023	«Занятие 84»	Л.И.Пензулаева	121-122
Апрель				
30.	03.04.2023	«Занятие 87»	Л.И.Пензулаева	125-126
31.	10.04.2023	«Занятие 90»	Л.И.Пензулаева	128-129
32.	17.04.2023	«Занятие 93»	Л.И.Пензулаева	132-133
33.	24.04.2023	«Занятие 96»	Л.И. Пензулаева	136-137
Май				
34.	15.05.2023	«Занятие 99»	Л.И.Пензулаева	140-141
35.	22.05.2023	«Занятие 102»	Л.И.Пензулаева	143-144
36.	29.05.2023	«Занятие 105»	Л.И.Пензулаева	147-148

**Утренняя гимнастика.
(совместная деятельность взрослого с воспитанниками)**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. -48с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	1-2 неделя	Комплекс № 1	Пензулаева Л.И.	6-7
2.	3 неделя	Комплекс № 2	Пензулаева Л.И.	7
3.	4 неделя	Комплекс № 3	Пензулаева Л.И.	7-8
4.	5 неделя	Комплекс № 4	Пензулаева Л.И.	8-9
Октябрь				
5.	1 неделя	Комплекс № 5	Пензулаева Л.И.	9-10
6.	2 неделя	Комплекс № 6	Пензулаева Л.И.	10
7.	3 неделя	Комплекс № 7	Пензулаева Л.И.	10-11
8.	4-5 неделя	Комплекс № 8	Пензулаева Л.И.	11
Ноябрь				

9.	1-2 неделя	Комплекс № 9	Пензулаева Л.И.	12
10.	3 неделя	Комплекс № 10	Пензулаева Л.И.	12-13
11.	4 неделя	Комплекс № 11	Пензулаева Л.И.	13-14
12.	5 неделя	Комплекс № 12	Пензулаева Л.И.	14-15
Декабрь				
13.	1-2 неделя	Комплекс № 13	Пензулаева Л.И.	15-16
14.	3 неделя	Комплекс № 14	Пензулаева Л.И.	16
15.	4 неделя	Комплекс № 15	Пензулаева Л.И.	16-17
16.	5 неделя	Комплекс № 16	Пензулаева Л.И.	17
Январь				
17.	2 неделя	Комплекс № 17	Пензулаева Л.И.	18
18.	3 неделя	Комплекс № 18	Пензулаева Л.И.	18-19
19.	4-5 неделя	Комплекс № 19	Пензулаева Л.И.	19-20
Февраль				
20.	1 неделя	Комплекс № 21	Пензулаева Л.И.	21
21.	2 неделя	Комплекс № 22	Пензулаева Л.И.	21-22
22.	3 неделя	Комплекс № 23	Пензулаева Л.И.	22
23.	4-5 неделя	Комплекс № 24	Пензулаева Л.И.	22-23
Март				
24.	1-2 неделя	Комплекс № 25	Пензулаева Л.И.	23-24
25.	3 неделя	Комплекс № 26	Пензулаева Л.И.	24-25
26.	4 неделя	Комплекс № 27	Пензулаева Л.И.	25
27.	5 неделя	Комплекс № 28	Пензулаева Л.И.	25-26
Апрель				
28.	1 неделя	Комплекс № 29	Пензулаева Л.И.	26-27
29.	2 неделя	Комплекс № 30	Пензулаева Л.И.	27
30.	3 неделя	Комплекс № 31	Пензулаева Л.И.	28
31.	4 неделя	Комплекс № 32	Пензулаева Л.И.	29
Май				
32.	1 неделя	Комплекс № 33	Пензулаева Л.И.	29-30
33.	2 неделя	Комплекс № 34	Пензулаева Л.И.	30-31
34.	3 неделя	Комплекс № 35	Пензулаева Л.И.	31
35.	4-5 неделя	Комплекс № 36	Пензулаева Л.И.	31-32

В подготовительной группе (6 - 7 лет)

Физическая культура в помещении – 74ч. (организованная образовательная деятельность (занятия))

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. -2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.- 160 с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	01.09.2022	«Занятие 1»	Л.И.Пензулаева	10-11
2.	07.09.2022	«Занятие 2»	Л.И.Пензулаева	12

3.	08.09.2022	«Занятие 4»	Л.И.Пензулаева	13-15
4.	14.09.2022	«Занятие 5»	Л.И.Пензулаева	16
5.	15.09.2022	«Занятие 7»	Л.И.Пензулаева	18-19
6.	21.09.2022	«Занятие 8»	Л.И.Пензулаева	19-20
7.	22.09.2022	«Занятие 10»	Л.И.Пензулаева	21-22
8.	28.09.2022	Спортивное развлечение «Веселый стадион»	Конспект	
9.	29.09.2022	«Занятие 11»	Л.И.Пензулаева	23
Октябрь				
10.	05.10.2022	«Занятие 13»	Л.И.Пензулаева	26-27
11.	06.10.2022	«Занятие 14»	Л.И.Пензулаева	27-28
12.	12.10.2022	«Занятие 16»	Л.И.Пензулаева	29-30
13.	13.10.2022	«Занятие 17»	Л.И.Пензулаева	31
14.	19.10.2022	«Занятие 19»	Л.И.Пензулаева	32-34
15.	20.10.2022	«Занятие 20»	Л.И.Пензулаева	34
16.	26.10.2022	Спортивное развлечение «Верные друзья»	Конспект	
17.	27.10.2022	«Занятие 22»	Л.И.Пензулаева	36-37
Ноябрь				
18.	02.11.2022	«Занятие 25»	Л.И.Пензулаева	40-42
19.	03.11.2022	«Занятие 26»	Л.И.Пензулаева	42-43
20.	09.11.2022	«Занятие 28»	Л.И.Пензулаева	44-46
21.	10.11.2022	«Занятие 29»	Л.И.Пензулаева	46
22.	16.11.2022	«Занятие 31»	Л.И.Пензулаева	48-50
23.	17.11.2022	«Занятие 32»	Л.И.Пензулаева	50
24.	23.11.2022	«Занятие 34»	Л.И.Пензулаева	51-53
25.	24.11.2022	Спортивное развлечение «Здоровье - наш друг»	Конспект	
26.	30.11.2022	«Занятие 35»	Л.И.Пензулаева	53-54
Декабрь				
27.	01.12.2022	«Занятие 37»	Л.И.Пензулаева	56-57
28.	07.12.2022	«Занятие 38»	Л.И.Пензулаева	58
29.	08.12.2022	«Занятие 40»	Л.И.Пензулаева	59-61
30.	14.12.2022	«Занятие 41»	Л.И.Пензулаева	61
31.	15.12.2022	«Занятие 43»	Л.И.Пензулаева	63-64
32.	21.12.2022	«Занятие 44»	Л.И.Пензулаева	64-65
33.	22.12.2022	«Занятие 46»	Л.И.Пензулаева	66-68
34.	28.12.2022	Спортивное развлечение «Здравствуй, здравствуй, белый снег!»	Конспект	
35.	29.12.2022	«Занятие 47»	Л.И.Пензулаева	68
Январь				
36.	11.01.2023	«Занятие 49»	Л.И.Пензулаева	70-71
37.	12.01.2023	«Занятие 50»	Л.И.Пензулаева	72
38.	18.01.2023	«Занятие 52»	Л.И.Пензулаева	73-75
39.	19.01.2023	«Занятие 53»	Л.И.Пензулаева	75-76

40.	25.01.2023	Спортивное развлечение «Зимние олимпийские игры»	Конспект	
41.	26.01.2023	«Занятие 55»	Л.И.Пензулаева	77-79
Февраль				
42.	01.02.2023	«Занятие 61»	Л.И.Пензулаева	84-86
43.	02.02.2023	«Занятие 62»	Л.И.Пензулаева	86
44.	08.02.2023	«Занятие 64»	Л.И.Пензулаева	87-89
45.	09.02.2023	«Занятие 65»	Л.И.Пензулаева	89
46.	15.02.2023	«Занятие 67»	Л.И.Пензулаева	91-92
47.	16.02.2023	Спортивный досуг «Масленица пришла»	Конспект	
48.	22.02.2023	«Занятие 68»	Л.И.Пензулаева	92-93
Март				
49.	01.03.2023	«Занятие 73»	Л.И.Пензулаева	98-100
50.	02.03.2023	«Занятие 74»	Л.И.Пензулаева	100
51.	09.03.2023	«Занятие 76»	Л.И.Пензулаева	102-104
52.	15.03.2023	«Занятие 77»	Л.И.Пензулаева	104
53.	16.03.2023	«Занятие 79»	Л.И.Пензулаева	106-107
54.	22.03.2023	Спортивное развлечение «Весна красна»	Конспект	
55.	23.03.2023	«Занятие 80»	Л.И.Пензулаева	108
56.	29.03.2023	«Занятие 82»	Л.И.Пензулаева	109-111
57.	30.03.2023	«Занятие 83»	Л.И.Пензулаева	111
Апрель				
58.	05.04.2023	«Занятие 85»	Л.И.Пензулаева	113-115
59.	06.04.2023	«Занятие 86»	Л.И.Пензулаева	115
60.	12.04.2023	«Занятие 88»	Л.И.Пензулаева	117-119
61.	13.04.2023	«Занятие 89»	Л.И.Пензулаева	119
62.	19.04.2023	«Занятие 91»	Л.И.Пензулаева	120-122
63.	20.04.2023	«Занятие 92»	Л.И.Пензулаева	122-123
64.	26.04.2023	Спортивное развлечение «Игры-забавы»	Конспект	
65.	27.04.2023	«Занятие 94»	Л.И.Пензулаева	124-126
Май				
66.	03.05.2023	«Занятие 97»	Л.И.Пензулаева	128-130
67.	04.05.2023	«Занятие 98»	Л.И.Пензулаева	130
68.	10.05.2023	«Занятие 100»	Л.И.Пензулаева	131-133
69.	11.05.2023	Спортивный досуг «Мы – спортивная семья»	Конспект	
70.	17.05.2023	«Занятие 101»	Л.И.Пензулаева	133
71.	18.05.2023	«Занятие 103»	Л.И.Пензулаева	135-136
72.	24.05.2023	«Занятие 104»	Л.И.Пензулаева	136-137
73.	25.05.2023	«Занятие 106»	Л.И.Пензулаева	139-140
74.	31.05.2023	«Занятие 106»	Л.И.Пензулаева	

**Физическая культура на прогулке – 36 ч.
(организованная образовательная деятельность (занятия))**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. -2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.- 160 с.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	05.09.2022	«Занятие 3»	Л.И.Пензулаева	12-13
2.	12.09.2022	«Занятие 6»	Л.И.Пензулаева	16-18
3.	19.09.2022	«Занятие 9»	Л.И.Пензулаева	20-21
4.	26.09.2022	«Занятие 12»	Л.И.Пензулаева	23-25
Октябрь				
5.	03.10.2022	«Занятие 15»	Л.И.Пензулаева	28-29
6.	10.10.2022	«Занятие 18»	Л.И.Пензулаева	31-32
7.	17.10.2022	«Занятие 21»	Л.И.Пензулаева	35
8.	24.10.2022	«Занятие 24»	Л.И.Пензулаева	38-39
9.	31.10.2022	«Занятие 24»	Л.И.Пензулаева	38-39
Ноябрь				
10.	07.11.2022	«Занятие 27»	Л.И.Пензулаева	43-44
11.	14.11.2022	«Занятие 30»	Л.И.Пензулаева	46-47
12.	21.11.2022	«Занятие 33»	Л.И.Пензулаева	50-51
13.	28.11.2022	«Занятие 36»	Л.И.Пензулаева	54-55
Декабрь				
14.	05.12.2022	«Занятие 39»	Л.И.Пензулаева	58-59
15.	12.12.2022	«Занятие 42»	Л.И.Пензулаева	61-62
16.	19.12.2022	«Занятие 45»	Л.И.Пензулаева	65-66
17.	26.12.2022	«Занятие 48»	Л.И.Пензулаева	68-69
Январь				
18.	09.01.2023	«Занятие 51»	Л.И.Пензулаева	72-73
19.	16.01.2023	«Занятие 54»	Л.И.Пензулаева	76-77
20.	23.01.2023	«Занятие 57»	Л.И.Пензулаева	80-81
21.	30.01.2023	«Занятие 60»	Л.И.Пензулаева	83
Февраль				
22.	06.02.2023	«Занятие 63»	Л.И.Пензулаева	86-87
23.	13.02.2023	«Занятие 66»	Л.И.Пензулаева	90
24.	20.02.2023	«Занятие 69»	Л.И.Пензулаева	93-94
25.	27.02.2023	«Занятие 72»	Л.И.Пензулаева	96-98
Март				
26.	06.03.2023	«Занятие 75»	Л.И.Пензулаева	101-102
27.	13.03.2023	«Занятие 78»	Л.И.Пензулаева	105-106
28.	20.03.2023	«Занятие 81»	Л.И.Пензулаева	108-109
29.	27.03.2023	«Занятие 84»	Л.И.Пензулаева	111-113
Апрель				
30.	03.04.2023	«Занятие 87»	Л.И.Пензулаева	115-117
31.	10.04.2023	«Занятие 90»	Л.И.Пензулаева	119-120

32.	17.04.2023	«Занятие 93»	Л.И.Пензулаева	123-124
33.	24.04.2023	«Занятие 96»	Л.И. Пензулаева	126-128
Май				
34.	15.05.2023	«Занятие 99»	Л.И.Пензулаева	130-131
35.	22.05.2023	«Занятие 102»	Л.И.Пензулаева	133-135
36.	29.05.2023	«Занятие 105»	Л.И.Пензулаева	137-138

**Утренняя гимнастика.
(совместная деятельность взрослого с воспитанниками)**

Перспективное планирование по методическому пособию:

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. - 48с.

1.

№	Дата	Тема занятия	Методическое пособие	Стр.
Сентябрь				
1.	1-2 неделя	Комплекс № 1	Пензулаева Л.И.	6
2.	2 неделя	Комплекс № 2	Пензулаева Л.И.	6-7
3.	3 неделя	Комплекс № 3	Пензулаева Л.И.	7-8
4.	4 неделя	Комплекс № 4	Пензулаева Л.И.	8
Октябрь				
5.	1 неделя	Комплекс № 5	Пензулаева Л.И.	9
6.	2 неделя	Комплекс № 6	Пензулаева Л.И.	9-10
7.	3 неделя	Комплекс № 7	Пензулаева Л.И.	10-11
8.	4-5 неделя	Комплекс № 8	Пензулаева Л.И.	11-12
Ноябрь				
9.	1-2 неделя	Комплекс № 9	Пензулаева Л.И.	12
10.	3 неделя	Комплекс № 10	Пензулаева Л.И.	12-13
11.	4 неделя	Комплекс № 11	Пензулаева Л.И.	13-14
12.	5 неделя	Комплекс № 12	Пензулаева Л.И.	14-15
Декабрь				
13.	1-2 неделя	Комплекс № 13	Пензулаева Л.И.	15-16
14.	3 неделя	Комплекс № 14	Пензулаева Л.И.	16-17
15.	4 неделя	Комплекс № 15	Пензулаева Л.И.	17
16.	5 неделя	Комплекс № 16	Пензулаева Л.И.	17-18
Январь				
17.	2 неделя	Комплекс № 17	Пензулаева Л.И.	18-19
18.	3 неделя	Комплекс № 18	Пензулаева Л.И.	19-20
19.	4-5 неделя	Комплекс № 19	Пензулаева Л.И.	20
Февраль				
20.	1 неделя	Комплекс № 21	Пензулаева Л.И.	21-22
21.	2 неделя	Комплекс № 22	Пензулаева Л.И.	22-23
22.	3 неделя	Комплекс № 23	Пензулаева Л.И.	23
23.	4-5 неделя	Комплекс № 24	Пензулаева Л.И.	23-24
Март				
24.	1-2 неделя	Комплекс № 25	Пензулаева Л.И.	24-25

25.	3 неделя	Комплекс № 26	Пензулаева Л.И.	25-26
26.	4 неделя	Комплекс № 27	Пензулаева Л.И.	26
27.	5 неделя	Комплекс № 28	Пензулаева Л.И.	27
Апрель				
28.	1 неделя	Комплекс № 29	Пензулаева Л.И.	27-28
29.	2 неделя	Комплекс № 30	Пензулаева Л.И.	28
30.	3 неделя	Комплекс № 31	Пензулаева Л.И.	28-29
31.	4 неделя	Комплекс № 32	Пензулаева Л.И.	29-30
Май				
32.	1-2 неделя	Комплекс № 33	Пензулаева Л.И.	30
33.	3 неделя	Комплекс № 34	Пензулаева Л.И.	30-31
34.	4 неделя	Комплекс № 35	Пензулаева Л.И.	31-32
35.	5 неделя	Комплекс № 36	Пензулаева Л.И.	32-33