

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «ИЗУМРУДНЫЙ ГОРОД»

Принято

Заседание педагогического совета
06.09.2018 № 1

Утверждено

Заведующий МБДОУ
«Детский сад «Изумрудный город»
_____ О.В.Абросимова
Приказ от _____ 2018 № ____ -о.д

**Рабочая программа
по образовательной области:
Физическое развитие**

НОД «Растим детей сильными, ловкими и жизнерадостными»

Возрастная группа детей: **4-5 лет**

Год составления программы: **2018**

Составитель: инструктор физической культуры
Липунцова Ю.Н.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа является образовательной программой учреждения, характеризующая систему организации непосредственно образовательной деятельности педагога.

Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста воспитатель создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Основой для разработки рабочей программы являются:

-Санитарно-эпидемиологических требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13».

-Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ.

-Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155).

-Порядок организации и осуществления образовательной деятельностью по основным общеобразовательным программам –образовательным программам дошкольного образования (утверждены приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 №1014).

-Основная общеобразовательная программа МБДОУ «Детский сад «Изумрудный город» (утверждена на педагогическом совете от 06.09.2018 г. №1).

-Методический комплект программы «Детство», Образовательная область «Физическая культура»; Санкт-Петербург, ДЕТСТВО-ПРЕСС 2013..

-Развитие двигательных способностей старших дошкольников; Т.В. Хабарова, ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2010.

2. Цель и задачи рабочей программы

Цель: Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Задачи:

- 1) Содействовать гармоничному физическому развитию детей;
- 2) Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:
 - уверенному и активному выполнению основных элементов техники ОРУ, основных движений, спортивных упражнений;
 - соблюдению и контролю правил в подвижных играх;
 - самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений;
 - умению ориентироваться в пространстве;

- воспитанию показа как образца для самостоятельного выполнения упражнения;
 - развитию умения оценивать движения сверстников и замечать их ошибки;
- 3) Целенаправленно развивать быстроту, скоростно – силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы.
 - 4) Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
 - 5) Формировать у детей интерес к спортивным играм, такие как: футбол, баскетбол, хоккей, настольный теннис, игра в городки.

3.Ориентация детей в образовательной области

В данной рабочей программе представлена деятельность, ориентированная на детей данного возраста:4-5 лет

Программа рассчитана на один год обучения детей средняя возраста (4-5 лет). Дети занимаются всей группой, длительность занятия 20 минут в среднем возрасте. Количество занятий в неделю - три.

Настоящая программа включает три части работы с детьми:

- Вводная часть: организовать занимающихся, объяснить задачу, подготовить организм занимающихся к предстоящей физической нагрузке и выполнению упражнений (элементы строя, ходьба в сочетании с дополнительными движениями рук, ног, туловища, бег, прыжки, общеразвивающие упражнения.)
- Основная часть: изучение нового, повторение с целью совершенствования в выполнении пройденного материала, овладение учащимися двигательными умениями и навыками, развитие быстроты, ловкости, решительности, смелости. (ОРУ без предметов и с предметами, ходьба, бег, метания, прыжки, лазанье и перелезание, висы, акробатические упражнения, равновесие, игры с большой подвижностью и др.)
- Заключительная часть: обеспечит постепенный переход от напряжения и возбуждения, вызванных НОД в основной части, к относительно спокойному состоянию; подвести итоги НОД, организованно перейти к новым действиям (организованный уход из зала).

4. Структура организации образовательной области

«Физическое развитие»

Название деятельности	Количество в неделю	Количество в месяц
Растим детей сильными, ловкими и жизнерадостными	3	12
Длительность 1 образовательной ситуации составляет 20 минут		

5.Содержание психолого-педагогической работы

Возросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. В средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим. В игре ребенку впервые открываются отношения, существующие между людьми, ребенок сам может выполнить ту или иную роль. В игре развивается умственная активность ребенка. Наблюдается пробуждение интереса к правилам игр. По данным исследований, на пятом году жизни у дошкольников наблюдается

значительный прирост показателей двигательной активности. Ребёнок становится более подвижным и кажется неутомимым. Однако возможности его ещё невелики. Он слабо ориентируется в пространстве, недостаточно ловок, поэтому необходим тщательный контроль за интенсивностью и содержанием его самостоятельной двигательной деятельности.

6. Организационные условия жизнедеятельности детей

Организация жизнедеятельности детей по реализации и освоению содержания рабочей программы осуществляется в двух основных моделях организации образовательного процесса: *совместной деятельности взрослого и самостоятельной деятельности детей*.

Решение образовательных задач в рамках первой модели – совместной деятельности взрослого и детей - осуществляется как в виде непосредственно образовательной деятельности, так и в виде образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов.

Непосредственно образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности:

- игровой,
- двигательной,
- продуктивной,
- трудовой,

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов реализуется через решение образовательных задач, которые одновременно сочетаются с выполнением функций по присмотру и уходу за детьми – играми, утренним приемом детей, прогулкой, подготовкой ко сну, организацией питания и др.:

- сюжетно – ролевая игра;
- игра-экспериментирование;
- исследовательская деятельность;
- конструирование;
- развивающие игры;
- просмотр видео –фильмов;

7. Формы организации

- НОД тренировочного типа
- Тематические занятия
- Фронтальный способ
- Поточный способ
- Групповой способ
- Индивидуальный способ
- Контрольно-проверочные НОД

8. Здоровьесберегающие технологии, используемые в программе:

- Обеспечение социально-психологического благополучия ребенка;
- Учет возрастных и индивидуальных особенностей состояния здоровья и развития ребенка;
- Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания на занятии;
- Дыхательная гимнастика;
- Пальчиковая гимнастика;

- Гимнастика для глаз;
- Соблюдение мер по предупреждению травматизма;
- Физкультминутки

9.Развивающая предметно-пространственная среда

Спортивный зал оснащен современным оборудованием, что позволяет продуктивно работать с детьми. Для того чтобы заинтересовать детей, в зале удобно размещено спортивно-игровое оборудование. У центральной стены - детский игровой комплекс «Самсон» - это гимнастическая стенка с набором приставных досок и лестниц, канатов, разновысотных бумов - все это повышает интерес детей к физкультуре, увеличивает эффективность занятий, позволяет упражняться во всех видах основных движений. Модули, маты, координационные дорожки, мешки для прыжков и другие предметы не оставят равнодушным ни одного малыша. Развивая ловкость, чувство равновесия и координацию движений. Для общего развития детей предусмотрено тренажерное оборудование: Велотренажер механический – позволяет проводить занятие сердечнососудистой и дыхательных систем, способствующей развитию выносливости. Тренажер «Ходики» или как его еще называют «Бегущие по волнам» - этот тренажер позволяет имитировать ходьбу и бег по воздуху, развивая чувство равновесия, тренирует вестибулярный аппарат. Гребной тренажер (с одним рычагом) - укрепляет сердечно сосудистую систему, позволяет активно развивать мышцы спины, ног, плечевого пояса и пресса. Мини-твистер с ручкой- тренажер способствует развитию координационных движений, развивает мышцы ног, ручка позволяет удобно держаться во время тренировки, что является дополнительным элементом безопасности. Мини-степпер с ручкой-тренажер способствует развитию координационных движений, развивает мышцы ног. Тренажер «Наездник («Райдер»)» - идеальный тренажер для проведения тренировок в игровой форме, укрепляет сердечнососудистую систему, позволяет активно развивать мышцы спины, ног, плечевого пояса и пресса. Тренажер беговая дорожка- механическая детская беговая дорожка идеально подходит для проведения занятий в игровой форме. Два батута с телескопической ручкой - ручка регулируется под рост ребенка, обеспечивая безопасность во время прыжков, батут развивает вестибулярный аппарат, координацию движений. Универсальным является специально предназначенное для групповой комнаты физкультурно-игровое оборудование – малогабаритное, лёгкое, с ярко выраженной развлекательно-развивающей направленностью:

- напольные и подвесные кольцобросы;
- поролоновые и матерчатые мячи;
- две-три скакалки, шнур;
- султанчики, ленточки, флажки, пластмассовые гантели (по два-три набора);
- два-три мешочка весом 200 г;
- два-три обруча;
- бубен
- оздоровительно-профилактическая дорожка (мелкий гравий, стопы-следы, ткань и материалы разной фактуры, массажные коврики и пр.).

10.Технические средства обучения

- Ауди

-Музыкальный центр
-магнитофон с дисководом
-нетбук

Календарно-тематический план по НОД «Растим детей сильными, ловкими и жизнерадостными»

Мес/ Нед/	Строевые упр. и перестроени я	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	П\И М\П
Авторы :Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А									
Сентябрь(стр.21-22)	1	Мониторинг							
	2								
	3(17-21сентября)	Построение в круг	Х. на носках, руки в стороны, с подниманием бедра, с разведением носков врозь, с	лёгкий бег; бег.	С большим мячом	Х. с перешагиванием через набивные мячи, по веревке боком	В длину с места до ориентира <i>(расстояние между чертой и ориентиром 20см)</i>	подбрасывание и ловля мяча; отбивание мяча о пол и ловля его двумя руками;	
4(24--28 сентября)	Построение в шеренгу, перестроение в три колонны	разведением пяток врозь; обычная ходьба;	С большим мячом		Х. с перешагиванием через набивные мячи, по веревке боком		Бросание мяча снизу и из-за головы и ловля его в парах <i>(расстояние между детьми 1,5 м)</i>	подлезание, под шнур, не касаясь руками пола <i>(расстояние от пола до шнура 40 см)</i>	«узней кто?»

Мес/ Нед/	Строевые упр. и перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	ПИ МП	
Авторы: Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А										
Октябрь(стр.22-23)	1(1-5октября)	Перестроение в шеренгу	Х. на носках, на пятках, спиной вперед, с перешагивание м через предметы, обычная;	Легкий бег; Быстрый бег; Бег в рассыпную; Дыхательные упражнения.	С платочком	Х. по веревке прямо	Через веревку (высота веревки от пола 5-10см)	Катание мяча перед собой одной рукой по полу	Подлезание под веревку, не касаясь пола руками из обруча в обруч, лежащих на полу прокатывания мяча между двумя линиями на расстояние 2-3 м (расстояние между линиями 15-20 см);	«лягушки»
	2(8-12 октября)	Перестроение в шеренгу, построение в три колонны				Х. по веревке боком	Катание мяча перед собой двумя рукой по полу	Перебрасывание из-за головы мяча по кругу (расстояние между детьми 1,5 м); бросание мяча от груди через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребенка, высота веревки от пола 60см)	«холодно - жарко»	

		в шеренгу, построение в круг	пятках, наружных сторонах стоп, с приседанием, руки на поясе,	Бег.	С большим мячом	скам. с перешагиванием через кубики (высота кубиков 15 см)	лежащую на полу веревку боком с продвижением вперед.	мяча правой и левой руками по пол (3-4 раза подряд ;	гимнастической лестнице (на высоту 2м)	
	4(22-26 октября)	Перестроение в шеренгу	«обезьянки», спиной вперед, обычная ходьба	Легкий бег; Бег.	С большим мячом	Х. по веревке боком		Бросание из-за головы через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте поднятой руки ребенка)	По гимнастической лестнице (на высоту 2м)	«Море волнуется...»
	5(29 -2ноября)	Построение в шеренгу, построение около кубиков			Без предмета	Х. по гимн. скам. с перешагиванием через кубики (высота кубиков 15 см)	Через лежащую на полу веревку боком с продвижением вперед.			«Море волнуется...»

Мес/ Нед/	Строевые упр. и перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	П\И	
Авторы: Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А										
Ноябрь (стр24-25)	1(5-9 ноября)	Построение в 3 колонны	Х. на носках, пятках, правым и левым боком, с разведением пяток врозь, змейкой, обычная х. ;	С кубиками	Легкий бег, быстрый бег, дыхательные упражнения;	Х. по скамейке (высота скамейки 35см)	Спрыгивание с высоты 20-30 см;	Катание мяча друг другу из разных положений (сидя, стоя) на расстояние 1,5м;	По гимнастической лестнице (на высоту 2м)	«найди своё дерево»
	2(12-16 ноября)	Построение в шеренгу, враспынную				По веревке боком; с перешагиванием через набивные мячи	Упражнение «Достань платочек»; Прыжок в высоту (платочек на 15 см выше поднятой руки ребенка)	Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет.	«Тишина у пруда»	

	3(19-23 ноября)	Построение в шеренгу	Х. на носках руки вверх; на пятках, руки на плечах;	Легкий бег, Спина вперед; Х. с выполнением дыхательных упражнений	С мячом	перешагивание через предметы (высота предметов 15-20 см, расстояние между предметами 70см)	Спрыгивание с кубов (высота 30 см)	Бросание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди с расстояния 1,5 – 2 м (высота кольца 1,5м)	Упражнение «разведчики» ползание на животе по полу	«Мотылек»
	4(26-30ноября)	Построение в шеренгу, построение в три колонны				Х. по наклонной доске (высота поднятого края доски 30 см от пола)		Бросание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками из-за головы с расстояния 1,5 – 2 м (высота кольца 1,5м)	Упражнение «разведчики» ползание на животе по полу	«Что в пакете?»
Мес/ Нед/		Строевые упр. и перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	П\И
Декабрь(стр .25-26)		Авторы: Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А								
	1(3-7декабря)	Построение в шеренгу. Перестроение в колонну переступанием вправо	Х. на носках, руки на поясе, на пятках, на наружных сторонах стоп, правым и левым боком,	Х. и бег парами в колонне; легкий бег; прыжки вперед на двух ногах.	С плоской палкой	Х. по «следам»	В длину с места до ориентира (расстояние от черты до ориентира 50 см)	Бросание мяча из-за головы через сетку с расстояния 1,5 м (верхний край сетки на высоте вытянутой руки ребенка)		«Мы веселые ребята»

	3(14-18января)	Построение в колону	Х. на носках, руки вверх, на пятках, правым и левым боком, с разведением носков врозь,	Легкий бег, быстрый бег, Х. с выполнением дыхательных упражнений	С косичкой	Х. по ребристой доске	На двух ногах через набивные мячи, со скамейки	Отбивание мяча правой и левой руками о пол (4-5 раз); метание в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5 м правой и левой рукой	Ползание по наклонной доске вверх и вниз на четвереньках (высота поднятого края доски 35 см, ширина доски 15 см)	«Вьюга»
	4(21-25января)	Построение в шеренгу, перестроение в три колоны	Х. на носочках, руки вверх, на пятках, с разведением носков врозь, пяток врозь, в полуприседе, обычная ходьба; прыжки на двух ногах	Бег, бег спиной вперед	С мячом среднего размера	Х. по веревке, приставляя пальцы одной ноги к пятке другой ноги.	На двух ногах через обручи, со скамейки	Катание мяча в парах из разных положений (сидя, стоя);	Подлезание под веревкой прямо и боком (высота веревки от пола 40-50 см)	«Цветные автомобили»
	5(28-1 февраля)				С мячом среднего размера			перебрасывание мяча из-за головы друг другу по кругу (расстояние между детьми 1,5 м)		«Ехали, ехали...» (игра на координацию)

Мес/ Нед/	Строевые упр. и перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	П/И м/п
Авторы: Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А									
Февраль(стр.28-29)	1(4-8февраля)	Построение в шеренгу	Х. на носочках, руки в стороны на пятках,	С кубиками	Х. по гимн. скамейке	В длину с места до ориентира (расстояние от черты до ориентира 50 см)	подбрасывание мяча верх и ловля его двумя руками; отбивание о пол и ловля двумя руками;	пролезание в обруч прямо и боком (обруч приподнят над полом на 10см)	«Ловишка с ленточками»
	2(11-15февраля)	Построение в шеренгу	подскоки, в полуприсяде, обычная ходьба		Ходьба по веревке боком	Спрыгивание с высоты 25см; прыжки в высоту до предмета (предмет на высоте 10-15 см от поднятой руки ребенка)	прокатывания мяча двумя руками, правой и левой рукой перед собой по полу; Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в предмет.		«Зимние забавы»
	3(18-22 февраля)	Построение в шеренгу	Х. на носочках, руки вверх, на пятках, руки за голову, спиной вперед, в полуприседе, приставным шагом боком, змейкой,	Быстрый бег, прыжки на двух ногах с продвижением вперед	С мячом большого размер	Ходьба по ребристой доске;		подбрасывание мяча верх и ловля его двумя руками; отбивание о пол и ловля двумя руками;	прокатывание мяча головой вперед из положения на четвереньках, при необходимости и придерживая рукой

	4(25-1 марта)	Построение в шеренгу	обычная ходьба			По наклонной доске (высота поднятого края доски 30 см шир. 25см)	Со скамейки (высота скамейки 20- 25см)	Перебрасывание мяча двумя и одной руками через препятствия с расстояния 2м		«холодно-жарко»
--	---------------	----------------------	-------------------	--	--	---	---	--	--	-----------------

Мес/ Нед/	Строевые упр. и перестроен ия	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	П/И М/п	
Авторы: Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А										
Март(стр.29-30)	1(4-8марта)	Построение в шеренгу, перестроение в три колонны	Х. на носочках, руки на поясе, на пятках, х. в полуприседе, руки вперед, х. в рассыпную,	Боковой галоп с правым и левым боком; Дыхательные упражнения	С обручем	Х. по скамейке боком (<i>высота скамейки 2-25см</i>),	На двух ногах из обруча в обруч		Пролезание прямо и боком в обруч (<i>обруч приподнят над полом на высоту 10 см</i>)	«Грachi и автомобиль»
	2(11-15 марта)	Построение в шеренгу, перестроение в три колонны, перестроение парами					Х. по веревке прямо		Прокатывание обруча между предметами (<i>расстояние между предметами 40-50 см</i>)	Лазание по лестнице вверх – вниз приставным и чередующими шагами на высоту 1,2 – 1,5м.
	3(18-22марта)	Построение в шеренгу, перестроение в три колонны	Х. и бег змейкой между предметами; х. с заданиями руки на пояс, к плечам, в стороны, за спину), приставным шагом,	Боком галоп правым и левым боком; бег с ускоренным и замедленным темпе; Дыхательные упражнения	С гимнастической палкой	перешагивание через кегли (<i>между кеглями 70см</i>)	В длину с места до ориентира (<i>расстояние от черты до ориентира 60 см</i>)	Отбивание мяча правой и левой руками о пол (<i>4-5 раз</i>); катание мяча в парах из разных положений (стоя, сидя) (<i>расстояние между детьми 1,5м</i>)	Упражнение «жучок».	«перебрось мяч»
	4(25-29 марта)	Построение в шеренгу	змейкой, в рассыпную, обычная ходьба;			Ходьба и бег по наклонной доске (<i>высота поднятого края доски 30 см шир. доски 25см</i>)		Бросание и ловля мяча снизу, из-за головы в парах (<i>расстояние между детьми 1,5м</i>)		«Деревья и птицы»

Мес/ Нед/	Строевые упр. и перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	П/И м/п	
Авторы: Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А										
Апрель(стр.31-32)	1(1-5 апреля)	Построение в шеренгу	Х. на носках, руки вверх, на внешнем своде стопы, в	С мячом большого размера		В длину с места до ориентира (расстояние от черты до ориентира 60 см)	Бросание из-за головы с разных положений (сидя, стоя) в парах (расстояние между детьми 1,5м0	Упражнения «муравьи» (ползание по полу с опорой на предплечья и колени)	«цыплята на полянке»	
	2(8-12апреля)	Построение в шеренгу, перестроение в две колонны	полуприседе, с выпадами, обычная ходьба,		Ходьба по канату прямо и боком приставным шагом	Бросание через сетку с расстояния 1,5м (верхний край сетки на высоте вытянутой руки ребенка)		«Тишина у пруда»		
	3(15-19апреля)	Построение в шеренгу, перестроение в круг, в три колонны	Х. на носках, на пятках, приставным шагом, с разведением носков врозь, обычная ходьба	Прыжки вперед на двух ногах, бег, быстрый бег, бег с захлестыванием голени. Дыхательные упражнения	С косичкой	Х. по ребристой доске,	Через веревку боком, в длину с места до ориентира	Бросание мяча от груди, в баскетбольное кольцо с расстояния 1,5-2м	Пролезание прямо и боком в обруч (обруч приподнят над полом на высоту 10 см)	«перебрось мяч»
	4(22-26 апреля)	Построение в шеренгу, перестроение в 3 колонны				Х. по гимнастической скамейке с мешочком на голове		Бросание мяча из-за головы в баскетбольное кольцо с расстояния 1,5-2м	Лазание по гимнастической стенке.	«холодно - жарко»

Мес/ Нед/	Строевые упр. и перестроения	Ходьба	Бег	ОРУ тема	Равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	П\И м\п	
Авторы: Сучкова И.М , Мартынова Е.А ,Давыдова Н.А										
Май(стр.32-33)	1(29-3 мая)	перестроение в 3 колонны	Х. на носках, руки вверх, на пятках, в полуприседе, руки вперед, с высоким подниманием колен, руки вытянуты вперед,	Ходьба и бег змейкой; Дыхательные упражнения	С мячом большого размера	Ходьба по ребристой доске;	через веревку бокком с продвижением вперед		Упражнение «жучок»	«салют»
	2(6-10 мая)	Перестроение в три колонны				Х. и бег по наклонной доске			Метание мешочков в даль правой и левой рукой от плеча в вертикальную цель с расстояния 1,5-2 м (<i>высота 1,5м</i>)	«узней, кто позвал?»
	3(13-17 мая)	Построение в шеренгу	Х. на носках, на пятках, на внешнем своде стоп, на четвереньках, обычная ходьба	Легкий бег, боковой галоп правым и левым бокком	С обручем	Х. по скамейке через предметы (<i>высота предметов 15-20см</i>)	Через короткую скакалку; В длину с места до ориентира (<i>расстояние от линии до ориентира 60- 70см</i>)	подбрасывание мяча верх и ловля его двумя руками; отбивание о пол и ловля двумя руками; бросание мяча от груди через сетку с расстояния 1,5м	Упражнение «муравьи»	«переправа»
4	Мониторинг									
5										

11.Итоги освоения содержания образовательной области

- 1) Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- 2) Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, ОРУ, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.
- 3) Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиями с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- 4) Осуществлять элементарный контроль за действиями сверстников: оценивать их движения, замечать их ошибки, нарушения правил в играх.
- 5) Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.
- 6) Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общается со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.
- 7) Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.